

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ
УКРАЇНИ

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ
УКРАЇНИ

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Кваліфікаційна наукова
праця на правах рукопису

ЧЕБАНОВА КАТЕРИНА ВІКТОРІВНА

УДК 796.015.28:796.853.26+376.2+37.018(043.3)

ДИСЕРТАЦІЯ

ІНКЛЮЗИВНИЙ ПІДХІД ДО ПОБУДОВИ НАВЧАЛЬНО-
ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ СПОРТСМЕНІВ З ІНВАЛІДНІСТЮ
В КАРАТЕ

017 – фізична культура і спорт

Подається на здобуття наукового ступеня доктора філософії

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей,
результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

_____ К. В. Чебанова

Наукові керівники:

Когут Ірина Олександрівна
доктор наук з фізичного виховання та
спорту, доцент
Маринич Вікторія Леонідівна
кандидат наук з фізичного виховання
та спорту

Київ – 2021

АНОТАЦІЯ

Чебанова К. В. Інклюзивний підхід до побудови навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю в карате. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 – Фізична культура і спорт. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2021.

У дисертації теоретично розроблено та експериментально перевірено ефективність навчальної програми з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Карате – тренуємося разом», яка створена на основі навчально-тренувальної програми WKF для дитячо-юнацьких спортивних шкіл (2014 рік).

Дисертаційну роботу присвячено вдосконаленню навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю в карате, на основі впровадження інклюзивного підходу, метою якого є соціальна інтеграція людей з інвалідністю в соціум та гуманізація спортивного середовища.

Мета дослідження полягала у вдосконаленні навчально-тренувального процесу каратистів з інвалідністю в умовах інклюзивних занять задля їх соціальної інтеграції та гуманізації оточуючих.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати та узагальнити вітчизняний та світовий досвід щодо теоретичних основ впровадження інклюзивного підходу в освітній та навчально-тренувальний процес.

2. Дослідити історичні, організаційні та педагогічні аспекти побудови навчально-тренувального процесу осіб з інвалідністю в карате.

3. Обґрунтувати структуру і зміст (організаційно-методичне забезпечення та соціальну спрямованість) навчально-тренувального процесу осіб з інвалідністю в карате.

4. Розробити та перевірити ефективність навчальної програми для каратистів з інвалідністю, що побудована на інклюзивному підході і сприяє їх соціальній інтеграції та гуманізації оточуючих.

Об'єкт дослідження – навчально-тренувальний процес каратистів в умовах інклюзивних тренувальних занять.

Предмет дослідження – механізм реалізації інклюзивного підходу в навчально-тренувальному процесі в карате.

Методи дослідження: аналіз і узагальнення спеціальної науково-методичної літератури, документальних матеріалів та матеріалів мережі Інтернет; історичний метод; метод порівняння та зіставлення; метод систематизації; педагогічне спостереження; вимірювання; опитування; метод експертної оцінки; методи математичної статистики.

Наукова новизна полягала в тому, що вперше:

- розкрито сутність та механізм реалізації інклюзивного підходу в побудові навчально-тренувального процесу в карате;
- виділено основні форми реалізації інклюзивного підходу в навчально-тренувальному процесі в карате;
- виокремлено теоретичне підґрунтя впровадження інклюзивного підходу до побудови навчально-тренувального процесу осіб з інвалідністю в карате;
- виділено періоди становлення та розвитку карате в Японії, Європі та Україні;
- обґрунтовано педагогічні умови формування гуманістичного світогляду у спортсменів з інвалідністю в карате;
- виділено ключові відмінності організації навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю і практично здорових спортсменів;
- з'ясовано ефективність впливу тренувальних занять на спортсменів, які займаються в інклюзивній групі карате;

Крім того, набули подальшого розвитку відомості щодо:

- особливостей підготовки науково-педагогічного та тренерського персоналу для роботи зі спортсменами з інвалідністю;
- специфіки навчально-тренувальних занять з особами з інвалідністю, а саме: відмінності у використанні функцій та принципів під час тренувальних занять.

У ході проведення дослідження удосконалено:

- відомості щодо побудови навчально-тренувального процесу в карате для осіб з інвалідністю;
- дані щодо методів та засобів, з яких складається навчально-тренувальний процес осіб з інвалідністю.

Аналіз і узагальнення спеціальної науково-методичної літератури, документальних матеріалів та матеріалів мережі Інтернет показав, що сьогодні як в сфері освіти, так і в сфері фізичної культури і спорту, зокрема в карате, існує кілька підходів до надання освітньо-спортивних послуг. В паракarate основним для осіб з інвалідністю є інклюзивний навчально-тренувальний процес, який представляє собою сукупність послідовних дій, що спрямовані на підвищення рівня фізичного розвитку та фізичної підготовленості всіх його учасників, в т.ч. осіб з інвалідністю.

Вивчення нормативно-правової бази з питань впровадження інклюзивних освітніх та освітньо-спортивних послуг показав, що останні роки в Україні набуває популярності не тільки інклюзивна освіта, але і інклюзивні навчально-тренувальні заняття. На державному рівні відбувається залучення осіб з інвалідністю до навчально-тренувального процесу (який є спільним з особами, які не мають інвалідності). Важливо зазначити, що сьогодні розвиток адаптивної фізичної культури та адаптивного спорту відбувається не тільки за рахунок спорту вищих досягнень серед осіб з інвалідністю (паралімпійський та дефлімпійський спорт) у системі «Інваспорту», але і за рахунок відкриття інклюзивних гуртків в закладах

позашкільної освіти фізкультурно-спортивного профілю та спортивних секцій зі «змішаними» групами.

У ході вивчення передумов становлення та розвитку карате для осіб з інвалідністю в світі та в Україні визначено головну відмінність функціонування виду спорту на території України, Європейському континенті (де активно розвивається карате як вид спорту вищих досягнень) та в Японії (де зародилось карате і розвивалось як філософська система). В Україні становлення пара-карате мало свої особливості, які, в першу чергу, залежали від історичних умов розвитку як країни, так і її спортивних організацій. Головним пріоритетом для розвитку пара-карате в Україні була і є направленість на гуманістичну складову побудови навчально-тренувального процесу.

Відповідно, для обґрунтування педагогічних умов формування гуманістичного світогляду у спортсменів з інвалідністю в карате нами було проведено експертне оцінювання. Експерти визначали критерії гуманістичного виховання, які є основою формування навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю в карате (мотиваційний, когнітивний та діяльнісний). Задля вирішення цього завдання експерти визначали принципи гуманістичного виховання в пара-карате. Крім принципів, експерти визначали головні показники критеріїв гуманістичного виховання. Мотиваційні: направленість на отримання найбільших спортивних нагород у світі карате (30,7 %), особистісна (індивідуальна) спрямованість спортсменів (25,3 %) та їх зацікавленість у подальшому спортивному розвитку (24 %). Когнітивні: відвідування теоретичних занять з карате (33,3 %), вміння працювати з літературою та відео-матеріалами (22,7 %), якість знань професійної термінології та вміння її розуміти і швидко виконувати команди тренера (21,3 %). Діяльнісні: формування всебічно й гармонійно розвиненої особистості з високою духовністю, чіткими життєвими орієнтирами, позитивним ставленням до оточення і до самого

себе, спроможної самоактуалізуватися у спортивному і особистому житті (25,7 %), самостійність у всіх видах діяльності (23,8 %) та фізичне здоров'я, мотивація до занять фізичною культурою і спортом (21,6 %).

Нами було визначено, що важливим для запровадження гуманістичного виховання спортсменів з інвалідністю в карате є введення у навчально-тренувальний процес педагогічних умов, направлених на формування визначених показників мотиваційного, когнітивного та діяльнісного критеріїв.

Аналіз практичного досвіду навчально-тренувальної роботи в карате, наукове обґрунтування результатів досліджень в сфері фізичної культури та спорту, результати експертного оцінювання дозволили розробити навчальну програму з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Карате – тренуємося разом». Програма розрахована на 144 години на рік – 2 заняття в тиждень по 2 години та має свою структуру: фізкультурно-реабілітаційна підготовка, початкова підготовка. Головна особливість даної програми полягає у впровадженні спільного навчально-тренувального процесу спортсменів віком від 14 до 18 років з інвалідністю та тих, які не мають вад розвитку.

Для визначення ефективності впровадження інклюзивного підходу до побудови навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю в карате проведено антропометричні вимірювання та тестування спортсменів, що включали в себе два етапи (порівняльно-послідовний експеримент I та II порядків). В експерименті брали участь спортсмени з інвалідністю 14–20 років в кількості 10 осіб (5 дівчат і 5 хлопців), які мають діагноз: дитячий церебральний параліч (ДЦП), затримка фізичного розвитку (ЗФР) та аутизм і займалися за розробленою навчальною програмою з карате для спортсменів з інвалідністю (для 2-го року навчання). Рівень фізичного розвитку спортсменів з інвалідністю визначали за такими показниками: довжина, маса тіла, вік, а також за допомогою батареї тестів. Тестування включало в себе

чотири тести для визначення рівня фізичної підготовленості у I та II періодах порівняльно-послідовного експерименту. Для оцінки технічної підготовленості спортсменів з інвалідністю були використані змагальні вправи з ката. Експериментальна перевірка впровадження в навчально-тренувальний процес програми «Карате – тренуємося разом» показала та довела позитивні зміни показників рівня фізичного розвитку та фізичної і технічної підготовленості осіб з інвалідністю. Проведення порівняльно-послідовного експерименту II порядку виявило зростання результатів середніх показників зросту досліджуваних на 10 %, показники тесту «Нахил вперед з положення сидячи» покращились вцілому на 73,1 %, «Стрибок у довжину з місця» на 2,3 %, «Піднімання тулуба в сід, 1 хв.» на 33,4 %, показник тесту технічної підготовленості, а саме виконання ката Хейаншодан покращився на 4,2 %.

У ході дослідження було визначено методологічні та методичні аспекти організації інклюзивного навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю в карате. Однією з головних особливостей в організації тренувальних занять в карате серед осіб з інвалідністю є їх нозологічна група. Саме від нозологічної групи залежить подальший підбір засобів та методів навчально-тренувальної роботи. Під час інклюзивних тренувальних занять найбільшу увагу приділяють корекційно-компенсаторній (14,6 %), рекреативно-оздоровчій (13,6 %) та профілактичній (13,4 %) роботі. Разом з цим, не менш важливу роль відіграє вирішення такого завдання, як соціалізація осіб з інвалідністю через спорт, як систему взаємовідносин у суспільстві. На підвищення ефективності організації інклюзивного навчально-тренувального процесу впливає правильно підібране методологічне та методичне забезпечення, яке має свої особливості, що, по-перше, залежать від нозологічної групи, по-друге, характеризуються правильним вибором засобів, методів, принципів та функцій, які

реалізуються під час занять, по-третє, направлені на соціалізацію осіб з інвалідністю.

З метою визначення впливу занять карате на спортсменів з інвалідністю були опитані батьки, діти яких займаються в спортивній секції карате. Батькам були запропоновані питання, що можуть допомогти визначити рівень впливу занять карате на каратистів з інвалідністю. В процесі обробки результатів дослідження виявлено: зміну в поведінці спортсменів під впливом занять карате (покращення показників фізичного розвитку – 50 %, підвищення комунікативних здібностей – 22 %, покращення психологічного стану дитини – 21 %, збільшення показників інтелектуального розвитку – 7 %), вплив карате на формування життєвих настанов і цінностей, зміну інтересів і хобі спортсменів за час занять карате, та думку батьків з приводу процесу формування інклюзивного підходу до тренувального процесу спортсменів. Аналізуючи ставлення батьків до інклюзивного підходу в організації навчально-тренувальних занять з'ясовано, що всі спортсмени в залі виконують завдання, поставлене тренером. Спортсмени з інвалідністю працюють в парах зі здоровими спортсменами. На заняттях за представленою навчальною програмою спортсмени з інвалідністю не займаються окремо в іншій частині залу від здорових однолітків та не мають іншої програми. Хоча, батьки зазначають, що здорові спортсмени мають ще додаткові тренування.

Соціалізація через заняття спортом виражається у зміні ставлення до навколишнього середовища і формуванні соціальної компетентності особистості, визначаючи моделі поведінки і впливаючи на конкретні базові ціннісні орієнтації.

Результати дослідження доводять ефективність використання інклюзивного підходу в побудові навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю в карате. У ході експериментального дослідження встановлені кількісні та якісні показники підвищення рівня фізичного

розвитку та рівня фізичної і технічної підготовленості осіб з інвалідністю. Виявлено покращення психо-емоційного стану досліджуваної групи, що вказує на зростання рівня їх соціалізації та інтеграції в суспільство. Отримані результати дослідження можуть бути використані фахівцями сфери фізичної культури і спорту при написанні інклюзивних програм за іншими видами спорту та роботі з особами з інвалідністю. На основі отриманих результатів необхідно, в подальшому, дослідити соціальний аспект навчально-тренувальної діяльності спортсменів з інвалідністю в умовах інклюзивного підходу в карате, і в спорті в цілому.

Ключові слова: карате, інклюзивний підхід, навчально-тренувальний процес, спортсмен з інвалідністю, фізичний розвиток, фізична підготовленість, технічна підготовленість, соціалізація.

SUMMARY

Chebanova, K.V. Inclusive approach to the construction of the training process of athletes with disabilities in karate. – Qualifying scientific work on the rights of the manuscript.

The dissertation for obtaining the degree of the Doctor of Philosophy on a specialty 017 Physical Culture and Sports. – National University of Ukraine on Physical Education and Sport, Ministry of Education and Science of Ukraine, Kyiv, 2021.

The dissertation has theoretically developed and experimentally tested the effectiveness of the program "Karate – train together" for extracurricular education in physical education and sports, which is created on the basis of the World Karate Federation (WKF) training program for children and youth sports schools (2014).

The dissertation is devoted to the improvement of the educational and training process of athletes with disabilities in karate, based on the introduction of

an inclusive approach, the purpose of which is the social integration of people with disabilities into society and the humanization of the sports environment.

The purpose of the research is to improve the educational and training process of karate athletes with disabilities in an inclusive environment for social integration and humanization.

The objectives of the research are:

1. To analyze and generalize national and world experience on the theoretical foundations of implementing an inclusive approach in the educational and training process.

2. To examine the historical, organizational and pedagogical aspects of construction of the educational process of people with disabilities in karate.

3. To substantiate the structure and content (organizational and methodological support and social orientation) of the educational and training process of people with disabilities in karate.

4. To develop and test the effectiveness of the program for karate athletes with disabilities, which is built on an inclusive approach and promotes their social integration and humanization of the sports environment.

The object of research is the educational and training process of karate athletes in the condition of inclusive training sessions.

The subject of research is the mechanism for implementing an inclusive approach in the training process in karate.

Achieving the purpose of work and solving research problems is realized through the use of methods, namely: analysis and generalization of special scientific and methodological literature, as well as documentary and Internet materials; historical method; method of comparison and matching; method of systematization; method of pedagogical observation; sociological methods (questionnaire, expert evaluation); methods of mathematical statistics.

The scientific novelty of the dissertation is determined by the following provisions:

- for the first time there have been identified the essence and mechanism of realization of the inclusive approach in construction of educational and training process in karate;
- there have been highlighted the main forms of implementation of the inclusive approach in the educational process in karate;
- there has been provided the theoretical basis for the introduction of an inclusive approach to the construction of the educational process of people with disabilities in karate;
- there have been displayed the periods of formation and development of karate in Japan, Europe and Ukraine;
- there have been explained the pedagogical conditions for the formation of a humanistic worldview for athletes with disabilities in karate;
- there have been highlighted the key differences in the organization of the training process of athletes with disabilities and almost healthy athletes;
- there has been analyzed the effectiveness of the impact of training sessions on athletes involved in the inclusive group of karate.

In addition, there has been provided the information for future development on the features of training of scientific, pedagogical and coaching staff to work with athletes with disabilities; the specifics of training sessions with people with disabilities, namely the differences in the use of functions and principles during training sessions.

The information on the construction of the educational and training process in karate has been given for people with disabilities and the data on the methods and means for the educational and training process of people with disabilities has been collected during the research.

Analysis of special scientific and methodological literature, documentaries and materials of the Internet has showed that there are several approaches to the provision of educational and sports services today in the field of education and physical culture and sports, in particular in karate. In para-karate, the main thing

for people with disabilities is an inclusive educational and training process, which is a set of consistent actions aimed at improving the level of physical development and physical fitness of all its participants, including people with disabilities.

The study of the legal framework for the implementation of inclusive educational and educational sports services has shown that in recent years in Ukraine not only inclusive education is gaining popularity, but also inclusive training sessions. People with disabilities are involved in the training process at the state level (together with people without disabilities). It is important to note that today the development of adaptive physical culture and adaptive sports is not only due to high-achievement sports among people with disabilities (Paralympic and Deaflympic sports) in the "Invasport" system, but also due to the opening of inclusive clubs of extracurricular physical education and sports sections with "mixed" groups.

The main differences between the functioning of the sport in Ukraine, the European continent (where karate is actively developing as a sport of excellence) and Japan where karate originated and developed as a philosophical system) are identified during the study of preconditions of the formation and development of karate for people with disabilities in the world and in Ukraine. The formation of para-karate has its own characteristics, which primarily have depended on the historical conditions of development of both the country and its sports organizations. The main priority for the development of para-karate in Ukraine was and is the focus on the humanistic component of building a training process.

Accordingly, to substantiate the pedagogical conditions for the formation of a humanistic worldview for athletes with disabilities in karate, we have used the sociological method, namely expert evaluation. Experts have determined the criteria of humanistic education, which are the basis for the formation of the educational and training process of athletes with disabilities in karate (motivational, cognitive and activity orientated). To solve this problem, the experts have determined the principles of humanistic education in para-karate ("Everything

begins with a ritual and ends with a ritual in karate" (18.2 %), "There is no first attack in karate" (15.6 %), "It is not the technique that matters as the perfection of the mind" (15.3 %), etc.). In addition to the principles, the experts have determined the main indicators of the criteria of humanistic education. Motivational: focus on receiving the largest sports awards in the world of karate (30.7 %), personal (individual) orientation of athletes (25.3 %) and their interest in further sports development (24%). Cognitive: attending theoretical karate classes (33.3 %), ability to work with literature and video materials (22.7 %), quality of knowledge of professional terminology and fast execution of the coach's commands (21.3 %). Activity orientated: formation of a comprehensively and harmoniously developed personality with high spirituality, clear life guidelines, positive attitude to the environment and to oneself, ability to self-actualize in sports and personal life (25.7 %), independence in all activities (23.8 %) and physical health, motivation to engage in physical culture and sports (21.6 %).

We have determined that it is important for the introduction of humanistic education of athletes with disabilities in karate to create the pedagogical conditions in the educational process, aimed at the formation of certain indicators of motivational, cognitive and activity orientated criteria.

Analysis of the practical experience of educational and training work in karate, scientific substantiation of research results in the field of physical culture and sports and the results of expert evaluation have allowed to develop the "Karate – train together" program for extracurricular education in physical education and sports. The program is designed for 144 hours per year – 2 classes per week for 2 hours. It has its own structure: physical training, rehabilitation training and initial training. The main feature of this program is the introduction of a joint training process for athletes aged 14-18 with disabilities and athletes without developmental disabilities.

To determine the effectiveness of the implementation of an inclusive approach to the construction of the educational and training process of athletes

with disabilities in karate, anthropometric measurements and testing of athletes have been conducted, which include two stages (summative assessment of the I and II phase of the study). The experiment has involved 10 athletes with disabilities (5 girls and 5 boys) aged 14-20 who are diagnosed with cerebral palsy, physical retardation and autism and are engaged in the developed program for karate athletes with disabilities (for the 2nd year of study). The level of physical development of athletes with disabilities has been determined by the following indicators: length, body weight, age, as well as performing the number of tests. Four tests are included to determine the level of physical fitness in the I and II phase of the summative assessment. Competitive Kata exercises are used to assess the technical fitness of athletes with disabilities. Experimental verification of the implementation of the program "Karate – train together" in the educational and training process has showed and proved positive changes in the level of physical development and physical and technical fitness of people with disabilities. Carrying out of the II phase of the summative assessment has shown growth of average indicators of results by 10%. The indicators of the "Sit and reach test" have improved as a whole by 73,1 %, "Standing long jump" – by 2,3 %, "Abdominal crunches" – by 33.4 %. The technical readiness test, namely the performance of Kata Heian Shodan has improved by 4.2 %.

Methodological and methodical aspects of the organization of inclusive educational and training process of athletes with disabilities in karate have been identified during the study. One of the main features in the organization of karate training sessions among people with disabilities is their nosological group. The further selection of means and methods of educational and training work depends on the nosological group. During inclusive training sessions the greatest attention is paid to correctional and compensatory (14.6 %), recreational and health orientated (13.6 %) and preventive (13.4 %) work. At the same time, the solution of such an issue as the socialization of people with disabilities through sports as a system of relationships in society plays an equally important role. The

improvement of the efficiency of the organization of inclusive educational process is influenced by the right methodological and methodical support, which has its own characteristics, which, firstly, depend on the nosological group, and secondly, are characterized by the right choice of tools, methods, principles and functions during classes, and thirdly, are aimed at the socialization of people with disabilities.

The parents whose children are involved in the sports section of karate have been interviewed in order to determine the impact of karate classes on athletes with disabilities. They have been asked some questions that could help determine the level of impact of karate classes on karate athletes with disabilities. The following information is observed during the processing of the results of the study, namely the change in the behavior of athletes under the influence of karate (improving in physical development – 50%, communication skills – 22%, psychological state of the child – 21%, intellectual development – 7%), the impact of karate on the formation of life guidelines and values, change of interests and hobbies of athletes during karate classes and the opinion of parents about the process of forming an inclusive approach to the training process of athletes. By analyzing the attitude of parents to the inclusive approach in the organization of training sessions, it has been found that all athletes in the gym perform all the tasks set by the coaches. Athletes with disabilities work in pairs with healthy athletes. Athletes with disabilities do not study separately in other parts of the gym from the same age healthy athletes and do not have another program in the classes. Although, parents note that healthy athletes have more training during one day.

Socialization through sports is expressed in changing attitudes to the environment and the formation of social competence of the individual, defining patterns of behavior and influencing specific basic value orientations.

The results of the study prove the effectiveness of using an inclusive approach in building the training process of athletes with disabilities in karate. Quantitative and qualitative indicators of increasing the level of physical

development and the level of physical and technical fitness of people with disabilities have been established during the experimental study. The improvement of the psychological and emotional state of the studied group has been shown, which indicates the growth of the level of their socialization and integration into society. The obtained results of the research can be used by specialists in the field of physical culture and sports when writing inclusive programs for other sports and working with people with disabilities. On the basis of the obtained results it is further necessary to examine the social aspect of educational and training activities of athletes with disabilities in an inclusive approach in karate, and in sports in general.

Key words: karate, inclusive approach, educational process, athlete with disability, physical development, physical fitness, technical fitness, socialization.

СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

1. Когут І, Маринич В, Чебанова К. Загальні положення інклюзивної освіти як сучасного соціально-педагогічного феномену та підґрунтя для соціальної інтеграції спортсменів з інвалідністю. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017;2:20-6. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Здобувачеві належить безпосередня участь у визначенні мети та завдань дослідження, обґрунтуванні етапів його проведення, аналізі отриманих даних, співавторам належить участь у обговоренні результатів дослідження та оформленні наукової праці.*

2. Когут І, Маринич В, Чебанова К. Сутність підготовки тренера для роботи зі спортсменами з інвалідністю. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017;3:20-5. Фахове видання України, яке включено до

міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Здобувачеві належить безпосередня участь у визначенні мети та завдань дослідження, обґрунтуванні етапів його проведення, аналізі отриманих даних, співавторам належить участь у обговоренні результатів дослідження та оформленні наукової праці.*

3. Когут І, Маринич В, Чебанова К. Сучасні підходи до класифікації спортсменів з порушеннями опорно-рухового апарату в карате. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2019;1:9-15. DOI: 10.32652/tmfvs.2019.1.9-15. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Здобувачеві належить безпосередня участь у визначенні мети та завдань дослідження, обґрунтуванні етапів його проведення, аналізі отриманих даних, співавторам належить участь у обговоренні результатів дослідження та оформленні наукової праці.*

4. Когут І, Маринич В, Чебанова К. Впровадження інклюзивного навчання у фізкультурно-оздоровчі, спортивні та інші заклади освіти. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2020;1:117-27 DOI: 10.32652/tmfvs.2020.1.117-127. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Здобувачеві належить безпосередня участь у визначенні мети та завдань дослідження, обґрунтуванні етапів його проведення, аналізі отриманих даних, співавторам належить участь у обговоренні результатів дослідження та оформленні наукової праці.*

5. Когут І, Маринич В, Чебанова К. Методологічне та методичне забезпечення організації інклюзивного навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю в карате. Теорія та методика фізичного виховання. 2021;21(2):121-8. DOI: 10.17309/tmfv.2021.2.04. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Scopus. *Особистий внесок здобувача визначається безпосередньою участю в*

організації, проведенні та аналізі результатів експертної оцінки, співавторів – у систематизації отриманих результатів, здійсненні допомоги у теоретичному узагальненні отриманого матеріалу.

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації

6. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Історія та перспективи розвитку карате для спортсменів з інвалідністю. В: Спорт та сучасне суспільство. Матеріали 10-ї Міжнар. наук. інтернет-конференції [Інтернет]; 2017 Берез 3; Київ. Київ: НУФВСУ; 2017. с. 203-6. *Здобувачеві належить участь в обробці матеріалів дослідження, оформленні публікації, співавторам належить розроблення стратегії дослідження, аналіз і узагальнення його результатів.*

7. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Еволюція ката на візках: від Асаї Сенсея до Паралімпійських ігор. В: Молодь та олімпійський рух: зб. тез доповідей 10-ї Міжнар. конф. [Інтернет]; 2017 Трав 24-25; Київ. Київ: НУФВСУ; 2017. с. 208-10. Доступно: https://unisport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk_tez_2017_na_sayt.pdf
Здобувачем особисто проведено аналіз науково-методичної літератури, оброблено результати дослідження. Внесок співавторів полягає у визначенні проблеми та формулюванні висновків дослідження.

8. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Актуальні проблеми професійної підготовки фахівців з фізичної культури та спорту для роботи з особами з інвалідністю в Україні. В: Молодь та олімпійський рух: зб. тез доповідей 11-ї Міжнар. конф. молодих вчених [Інтернет]; 2018 Квіт 10-12; Київ. Київ: НУФВСУ; 2018. с. 266-7. Доступно: https://unisport.edu.ua/sites/default/files/rozklad/zbirnyk_tez_2018.pdf *Здобувачем особисто проведено аналіз науково-методичної літератури, оброблено результати дослідження. Внесок співавторів полягає у визначенні проблеми та формулюванні висновків дослідження.*

9. Борисова ОВ, Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Проблеми та перспективи розвитку інклюзивної освіти в Україні. В: Фізична активність і якість життя людини: зб. тез доп. 2-ї Міжнар. наук.-практ. конф; 2018 Трав 22-24; Луцьк. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки; 2018. с. 56. *Здобувачеві належить участь в обробці матеріалів дослідження, оформленні публікації, співавторам належить розроблення стратегії дослідження, аналіз і узагальнення його результатів.*

10. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Впровадження класифікації спортсменів з порушеннями опорно-рухового апарату для всесвітньої федерації карате на національному рівні. В: Молодь та олімпійський рух: зб. тез доповідей 12-ї Міжнар. конф. молодих вчених [Інтернет]; 2019 Трав 17; Київ. Київ: НУФВСУ; 2019. с. 24-5. Доступно: https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk_tez_0.pdf
Здобувачем особисто проведено аналіз науково-методичної літератури, оброблено результати дослідження. Внесок співавторів полягає у визначенні проблеми та формулюванні висновків дослідження.

11. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Підготовка спортсменів з інвалідністю для участі у змаганнях з карате у розділі «Ката». В: Фізична активність і якість життя людини: зб. тез доп. 3-ї Міжнар. наук.-практ. конф; 2019 Черв 11-13; Луцьк. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки; 2019. с. 83. *Здобувачеві належить участь в обробці матеріалів дослідження, оформленні публікації, співавторам належить розроблення стратегії дослідження, аналіз і узагальнення його результатів.*

12. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Педагогічні умови формування соціально-гуманістичного світогляду у спортсменів, які тренуються в карате. В: Молодь та олімпійський рух: зб. тез доповідей 13-ї Міжнар. конф. молодих вчених [Інтернет]; 2020 Трав 16; Київ. Київ: НУФВСУ; 2020. с. 22-4. Доступно: <http://www.unisport.edu.ua/content/naukovi-konferenciyi-ta-seminary> *Здобувачем особисто проведено аналіз науково-*

методичної літератури, оброблено результати дослідження. Внесок співавторів полягає у визначенні проблеми та формулюванні висновків дослідження.

Наукові праці, які додатково відображають наукові результати дисертації

13. Навчальна програма з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Карате – тренуємося разом». Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ, автори. Схвалено для використання в позашкільних навчальних закладах (протокол засідання науково-методичної комісії з позашкільної освіти Науково-методичної ради з питань освіти МОН України від 26.06 2019 № 2; лист ІМЗО від 08.07.2019 № 22.1/12-Г-588).

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ.....	24
ВСТУП.....	25
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВПРОВАДЖЕННЯ ІНКЛЮЗИВНОГО ПІДХОДУ ДО ПОБУДОВИ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ.....	34
1.1 Загальні положення інклюзивної освіти як сучасного соціально-педагогічного феномену та підґрунтя для соціальної інтеграції спортсменів з інвалідністю.....	34
1.2 Впровадження інклюзивної форми навчання в українській педагогічній практиці.....	43
1.3 Класифікації спортсменів з інвалідністю як важливий чинник побудови навчально-тренувального процесу в адаптивному спорті.....	57
1.4 Сутність підготовки тренера для роботи зі спортсменами з інвалідністю як основа ефективності навчально- тренувального процесу.....	59
Висновки до розділу 1.....	68
РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	70
2.1 Методи дослідження.....	70
2.1.1 Аналіз і узагальнення спеціальної науково-методичної літератури, документальних матеріалів та матеріалів мережі Інтернет.....	70
2.1.2 Історичний.....	71

2.1.3	Порівняння та зіставлення.....	71
2.1.4	Систематизації.....	71
2.1.5	Педагогічний експеримент.....	71
2.1.6	Педагогічне спостереження.....	72
2.1.7	Вимірювання.....	73
2.1.8	Опитування.....	73
2.1.9	Метод експертної оцінки.....	73
2.1.10	Метод математичної статистики.....	75
2.2	Організація дослідження.....	75
РОЗДІЛ 3 СУЧАСНІ АСПЕКТИ ПОБУДОВИ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ В КАРАТЕ		
		77
3.1	Передумови становлення та розвитку карате для осіб з інвалідністю в світі та в Україні.....	77
3.2	Специфіка класифікації спортсменів з інвалідністю в карате WKF та JKS.....	89
3.3	Педагогічні умови формування гуманістичного світогляду у спортсменів з інвалідністю, які тренуються в карате.....	96
	Висновки до розділу 3.....	107
РОЗДІЛ 4 РЕАЛІЗАЦІЯ ІНКЛЮЗИВНОГО ПІДХОДУ В ПОБУДОВІ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ В КАРАТЕ ДЛЯ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ ЗАДЛЯ ЇХ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ТА ГУМАНІЗАЦІЇ СУСПІЛЬСТВА.....		
		109
4.1	Специфіка інклюзивного підходу до побудови навчально-тренувального процесу в карате та його методичне забезпечення.....	109

4.2	Аналіз ефективності впровадження розробленої навчальної програми для каратистів з інвалідністю.....	117
4.2.1	Оцінка рівня фізичної підготовленості спортсменів з інвалідністю в карате	117
4.2.2	Оцінка рівня технічної підготовленості спортсменів з інвалідністю в карате	127
4.2.3	Методичне забезпечення організації інклюзивного навчально-тренувального процесу каратистів з інвалідністю.....	134
4.2.4	Соціальний аспект навчально-тренувальної діяльності спортсменів з інвалідністю в умовах інклюзивного підходу в карате.....	140
	Висновки до 4 розділу.....	148
РОЗДІЛ 5	АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	150
	ВИСНОВКИ.....	160
	СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ.....	166
	ДОДАТКИ.....	186

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ

ВООЗ	– Всесвітня організація охорони здоров'я
ВРФР	– Вади розумового і фізичного розвитку
ДЦП	– Дитячий церебральний параліч
Інваспорт	– Український центр з фізичної культури і спорту осіб з інвалідністю «Інваспорт»
КМУ	– Кабінет Міністрів України
МКФ	– Міжнародна класифікація функціонування
МКХ-10	– Міжнародна класифікація хвороб 10-го перегляду
МОЗ	– Міністерство охорони здоров'я України
МОК	– Міжнародний олімпійський комітет
МОН	– Міністерство освіти і науки України
МПК	– Міжнародний паролімпійський комітет
ООН	– Організація Об'єднаних Націй
УАК	– Українська асоціація карате
УФК	– Українська федерація карате
ЮНЕСКО	– Організація Об'єднаних Націй з питань освіти, науки і культури
ЖКА	– Japan Karate Association
ЖКА/WF	– World Federation Japan Karate Association
ЖКФ	– Japan Karate Federation
ЖКС	– Japan Karate Shoto Federation
ЖКФ	– World Karate Federation
ЖУКО	– World Union of Karate Organization

ВСТУП

Актуальність теми. Міжнародні стандарти в галузі прав людини ґрунтуються на ідеї участі кожної особи в суспільному житті на засадах рівності й без дискримінації (ООН, 2009). Ключове значення в забезпеченні повноцінного розвитку людини мають інклюзивні характеристики освіти. Процес збільшення ступеня участі всіх громадян в соціумі, незалежно від їх особливостей, визнаний всією світовою спільнотою як найбільш гуманний і найбільш прогресивний (ЮНЕСКО, 2015) [74, 75].

Забезпечення інклюзивного підходу до навчання стає одним з пріоритетних і в українській освітній політиці. Стратегія розвитку інклюзивної освіти в Україні закріплена в нормативно-правових документах (ратифікації Конвенції про права осіб з інвалідністю, 2009; Концепції розвитку інклюзивної освіти, 2010; указах Президента України; Постановах Кабінету Міністрів України; наказах та листах Міністерства освіти і науки України та Міністерства молоді та спорту України тощо) [80, 100, 106, 111, 112].

За визначенням ЮНЕСКО, інклюзивна політика як така, що «динамічно розвивається, полягає в позитивному ставленні до різноманітності учнів і в сприйнятті їх індивідуальних особливостей не як проблеми, а як можливості для збагачення процесу пізнання» [74, 75]. Отже, забезпечення реалізації інклюзивного підходу – це не тільки організаційна зміна, але й зміна філософії навчального процесу, в тому числі навчально-тренувальних занять в спорті.

Інклюзивний підхід можна реалізувати під час проведення спільних навчально-тренувальних занять спортсменів з інвалідністю та без відхилень у розвитку, що сприятиме не лише підвищенню їх ефективності, але й матиме значний соціальний ефект. Спільні тренування, по-перше, формуватимуть навички взаємодії в мікро-соціумі, підвищать комунікативні здібності,

допоможуть адаптуватися до життєвих ситуацій, позбутися почуття ізольованості, сприятимуть усуненню соціальних бар'єрів та сегрегації, що приведе до їх повноцінної інтеграції в суспільство [6, 162, 165, 168, 171]. По-друге, вони можуть навчити спортсменів без вад розвитку спілкуватися та працювати разом, формуватимуть в них почуття відповідальності за товаришів, що забезпечить підвищення рівня гуманізації суспільства.

Карате – це один з видів спорту, який розширює можливості людей з інвалідністю та сприяє їх соціальній інтеграції, забезпечуючи гуманістичний вектор розвитку суспільства. В Україні з 2012 р. розпочалося активне залучення людей з інвалідністю до занять карате, метою якого є фізичний розвиток, психологічна підтримка та соціальна адаптація каратистів. Українські спортсмени вдало виступають на міжнародних змаганнях (золото та срібло на Чемпіонатах світу та Європи з карате 2014-2021 рр.). Водночас, сьогодні в нашій державі не існує програми підготовки з виду спорту та регламенту змагань для спортсменів з інвалідністю, тому виникає нагальна потреба розробки для них програмно-методичного забезпечення з карате.

Фахівцями, які займаються дослідженнями у сфері фізичної культури і спорту, вивчалися теорія та методика східних видів єдиноборств (М. Накаяма, 2002–2003 [92, 93]; В. Г. Саєнко, 2011–2012 [127, 128]); соціально-педагогічний та філософсько-етичний характер виховання спортсменів (С. Матвеев, 2009 [86]; А. Asada [141], 2019; Р. Сіренко, 2018 [129]); гуманістичні ідеї розвитку сучасного спорту (Я. Бондар, 2017 [8]; І. Когут, 2015 [64]) та ін. Серед наукових робіт, присвячених проблемам інклюзивної освіти, варто виокремити дослідження, що обґрунтовують методичні засади організації інклюзивного навчання у закладах освіти країн Європейського Союзу (А. Зарубінська, 2013 [39]); проблеми соціальної адаптації, інтеграції та реабілітації дітей з інвалідністю (М. Перфільєва, 2012 [99]; А. Колупаєва, 2012 [71]).

Проте, в доступній літературі не виявлено робіт, що досліджували проблеми вдосконалення навчально-тренувального процесу спортсменів в умовах інклюзивного підходу в карате. Отже, хоча й існує достатня кількість наукових праць, що присвячені соціальним, педагогічним та філософським проблемам сфери спорту, питання вдосконалення навчально-тренувального процесу каратистів в умовах інклюзивних занять з метою соціальної інтеграції людей з інвалідністю в соціум та гуманізації суспільства залишається поза увагою науковців. Необхідність соціальної інтеграції людей з інвалідністю, гуманізації суспільства, можливість представлення карате в програмі Паралімпійських ігор та відсутність програмного забезпечення зумовлює актуальність теми.

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. Дисертаційна робота виконана на кафедрі професійного, неолімпійського та адаптивного спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України відповідно до Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2016-2020 рр. за темою 1.7. «Організаційно-методичні основи розвитку адаптивного спорту» Тематичного плану науково-дослідної роботи в сфері фізичної культури і спорту на 2016–2020 рр. Міністерства освіти і науки України (номер державної реєстрації 0116U001613).

Мета дослідження – вдосконалення навчально-тренувального процесу каратистів з інвалідністю в умовах інклюзивних занять задля їх соціальної інтеграції та гуманізації оточуючих.

Задачі дослідження:

1. Проаналізувати та узагальнити вітчизняний та світовий досвід щодо теоретичних основ впровадження інклюзивного підходу в освітній та навчально-тренувальний процес.

2. Дослідити історичні, організаційні та педагогічні аспекти побудови навчально-тренувального процесу осіб з інвалідністю в карате.

3. Обґрунтувати структуру і зміст (організаційно-методичне забезпечення та соціальну спрямованість) навчально-тренувального процесу осіб з інвалідністю в карате.

4. Розробити та перевірити ефективність навчальної програми для каратистів з інвалідністю, що побудована на інклюзивному підході, і сприяє їх соціальній інтеграції та гуманізації оточуючих.

Об'єкт дослідження – навчально-тренувальний процес каратистів в умовах інклюзивних тренувальних занять.

Предмет дослідження – механізм реалізації інклюзивного підходу в навчально-тренувальному процесі в карате.

Методи дослідження: теоретичні: аналіз і узагальнення спеціальної науково-методичної літератури, документальних матеріалів та матеріалів мережі Інтернет для визначення теоретичних основ дослідження, вироблення концептуальних підходів до розуміння сутності та змісту інклюзивного підходу в організації навчально-тренувального процесу в карате та особливостей в його реалізації, розробка методики дослідження; історичний метод; метод порівняння та зіставлення, метод систематизації;

емпіричні: педагогічне спостереження, вимірювання, опитування були використані для проведення зрізів на етапах констатуючого експерименту I та II порядків з метою розробки та перевірки ефективності навчальної програми для каратистів з інвалідністю; оцінка результатів проводилась шляхом порівняння отриманих даних в досліджуваній групі на I та II етапах констатуючого експерименту; метод експертної оцінки дозволив отримати необхідні кількісні результати за суб'єктивними оцінками експертів щодо визначення критеріїв сформованості гуманістичного виховання та особливостей тренування спортсменів з інвалідністю в карате;

статистичні: методи математичної статистики, які використовувались для кількісної обробки результатів, що дало змогу зробити висновки про результативність запропонованої навчальної програми для каратистів з

інвалідністю, яка побудована на інклюзивному підході та з'ясувати динаміку кількісних змін у рівнях їх фізичної та технічної підготовленості, соціальної інтеграції та гуманізації оточуючих до початку і після завершення дослідно-експериментальної роботи.

Наукова новизна полягає в тому, що:

Уперше:

– розкрито сутність та механізм реалізації інклюзивного підходу в побудові навчально-тренувального процесу в карате, котрий складається, по-перше, з обґрунтування напрямів вдосконалення навчально-тренувального процесу каратистів в умовах інклюзивних занять, що полягають в адаптації програмно-методичного забезпечення у сфері фізичної культури і спорту, розробці програми з позашкільної освіти «Карате – тренуємося разом», використанні адаптованих засобів, методів, принципів та функцій під час навчально-тренувальних занять з карате; по-друге, гуманізації спортивного середовища, що проявляється у формуванні гуманістичного світогляду каратистів, усуненні соціальних бар'єрів та сегрегації, формуванні почуття відповідальності серед практично здорових осіб; по-третє, соціальної інтеграції каратистів з інвалідністю, що характеризується покращенням психологічного стану спортсменів, підвищенням комунікативних здібностей та рівня соціальної активності осіб з інвалідністю;

– виділено основні форми реалізації інклюзивного підходу в навчально-тренувальному процесі, а саме: проведення спільних навчально-тренувальних занять з карате серед спортсменів з інвалідністю та практично здорових спортсменів; забезпечення спільних виступів на змаганнях, що інтегровані в систему змагальної діяльності спортсменів-каратистів; покращення системи підготовки тренерів та викладачів, які тренують та навчають спортсменів з інвалідністю разом з практично здоровими спортсменами;

– виокремлено теоретичне підґрунтя впровадження інклюзивного підходу до побудови навчально-тренувального процесу осіб з інвалідністю в карате, що полягає у змінах законодавства України щодо освіти осіб з інвалідністю; національних особливостях формування інклюзивної освіти; впровадженні інклюзивного підходу у спорті через волонтерські програми, спільну роботу спортивних федерацій та федерацій з видів спорту осіб з інвалідністю, спортивні змагання серед видів спорту осіб з інвалідністю (Паралімпійські ігри) та неолімпійських (Європейські ігри);

– виділено періоди становлення та розвитку карате в Японії (де під впливом східних культурних традицій, що орієнтуються на гармонійне зростання індивіда, передбачається не лише фізичний розвиток каратистів, а моральний і духовний), Європі (де карате є вузькоспеціалізованим, а навчально-тренувальний процес спрямований на досягнення найвищого спортивного результату) та Україні (де навчально-тренувальний процес будується за принципом об'єднання найкращих традицій японського та європейського карате, спортсмени мають можливість обрати для себе відповідну своїм потребам систему виховання: прикладну, спортивну, оздоровчу тощо);

– обґрунтовано педагогічні умови формування гуманістичного світогляду у спортсменів з інвалідністю в карате, що направлені на визначення показників критеріїв гуманістичного виховання – мотиваційного, когнітивного, діяльнісного;

– виділено ключові відмінності організації навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю і практично здорових спортсменів, що проявляються в: кількості годин відведених на тренувальні заняття, характеристиці розділів програми (розроблена програма «Карате – тренуємося разом та програма «Карате WKF» для дитячо-юнацьких спортивних шкіл), різниці у принципах, методах та засобах, що

використовуються під час звичайних та інклюзивних тренувальних занять;

– з'ясовано ефективність впливу тренувальних занять на спортсменів, які займаються в інклюзивній групі карате, через: по-перше – підвищення рівня соціальної інтеграції осіб з інвалідністю, по-друге – формування почуття відповідальності серед практично здорових осіб.

Набули подальшого розвитку:

– особливостей підготовки науково-педагогічного та тренерського персоналу для роботи зі спортсменами з інвалідністю;

– специфіки навчально-тренувальних занять з особами з інвалідністю, а саме: відмінності у використанні функцій та принципів під час тренувальних занять.

Удосконалено:

– відомості щодо побудови навчально-тренувального процесу в карате для осіб з інвалідністю;

– дані щодо методів та засобів, з яких складається навчально-тренувальний процес осіб з інвалідністю.

Практичне значення одержаних результатів дослідження полягає в застосуванні розробленої програми «Карате – тренуємося разом» у навчально-тренувальному процесі спортсменів з інвалідністю та практично здорових спортсменів в карате. В основі даної програми лежить механізм вдосконалення навчально-тренувального процесу каратистів в умовах інклюзивних занять задля соціальної інтеграції людей з інвалідністю в соціум та гуманізації оточуючих. Розроблені методичні положення організації інклюзивних навчально-тренувальних занять для каратистів з інвалідністю та навчальна програма для них можуть бути використані Українською федерацією карате для впровадження інклюзивного підходу до навчально-тренувального процесу каратистів та становлення системи гуманістичних цінностей особистості тренера та спортсмена; кафедрою спортивних

єдиноборств та силових видів спорту Національного університету фізичного виховання та спорту України для навчання тренерів з карате в межах дисципліни «Теорія і методика тренерської діяльності в обраному виді спорту»; кафедрою професійного, неолімпійського та адаптивного спорту в межах дисциплін «Адаптивний спорт» для студентів III–IV курсу, «Організаційні основи розвитку спорту» для студентів I курсу магістратури, а також Національним комітетом спорту інвалідів України та Укрцентром «Інваспорт» для популяризації та розвитку пара-карате, що підтверджено відповідними актами впровадження (грудень 2019 р., додаток М, додаток Л, липень 2020 р., додаток Н).

Особистий внесок здобувача полягає у постановці проблеми, аналізі й узагальненні даних літературних джерел за обраною темою, формулюванні мети, завдань та виборі методів дослідження, в теоретичній розробці та обґрунтуванні навчальної програми з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Карате – тренуємося разом», в організації та проведенні педагогічного експерименту, аналізі, узагальненні та статистичній обробці отриманих даних, формулюванні висновків та написанні тексту дисертації.

Апробація результатів дослідження. Основні результати наукових пошуків і практичних доробків дисертаційної роботи представлено в доповідях конференцій, зокрема:

- X Міжнародна наукової інтернет-конференції «Спорт та сучасне суспільство» (Київ, 3 березня 2017 р.);
- X Міжнародна конференція «Молодь та Олімпійський рух» (Київ, 24-25 травня 2017 р.);
- XI Міжнародна конференція «Молодь та Олімпійський рух» (Київ, 10-12 квітня 2018 р.);
- II Міжнародна науково-практична конференція «Фізична активність і якість життя людини» (Луцьк, 22-24 травня 2018 р.);

- XII Міжнародна конференція «Молодь та Олімпійський рух» (Київ, 17 травня 2019 р.);
- III Міжнародна науково-практична конференція «Фізична активність і якість життя людини» (Луцьк, 11–13 червня 2019 р.);
- XIII Міжнародна конференція «Молодь та Олімпійський рух» (Київ, 20 травня 2020 р.).

Публікації. За матеріалами дисертації опубліковано 13 наукових праць: серед яких 4 статті надруковані у фахових виданнях, за напрямом 017 – Фізична культура і спорт, 1 – у виданні, що входить до міжнародної бази даних Scopus; 7 публікацій апробаційного характеру та 1 – навчальна програма з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку.

Структура та обсяг дисертації. Матеріали роботи викладено на 215 сторінках тексту комп'ютерного набору державною мовою. До них входять: анотація, перелік умовних скорочень, вступ, п'ять розділів, висновки, список використаних джерел та додатки. Дисертація містить 33 таблиці та 19 рисунків. Список використаних джерел складається з 187 найменувань.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВПРОВАДЖЕННЯ ІНКЛЮЗИВНОГО ПІДХОДУ ДО ПОБУДОВИ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

1.1. Загальні положення інклюзивної освіти як сучасного соціально-педагогічного феномену та підґрунтя для соціальної інтеграції спортсменів з інвалідністю

Розвиток інклюзивного підходу розглядається ООН, ЮНЕСКО та іншими міжнародними організаціями як пріоритетний напрям розвитку національних систем шкільної освіти та як спосіб реалізації права громадян на здобуття якісної освіти й соціальної інтеграції, що є важливим фактором сталого розвитку суспільства [75, 149]. Інклюзивна освіта – термін, який використовується для характеристики процесу навчання дітей з особливими освітніми потребами. В основі інклюзивної освіти лежить ідея рівного ставлення до всіх людей, виключається будь-яка дискримінація, створюються умови для дітей, які мають особливі освітні потреби [11, 183].

Протягом останніх років низка вітчизняних науковців присвячують свої праці дослідженням проблем залучення дітей з інвалідністю до навчання в закладах загальної середньої освіти, їх реабілітації та соціалізації до суспільних норм (А. Колупаєва, 2009 [72]; Б. Мисак, А. Балан, 2018 [89]). Зокрема, дослідження психологів (Т. Костенко, 2020 [77]; Г. Крисюк, 2017 [79]; Bastos T, 2019 [142]) спрямовані на вивчення питань розвитку системи спеціальних навчальних закладів та удосконалення їх структури. В працях О. Мельничук [88], Н. Коляди [73] зазначається необхідність впровадження нових форм освіти, які б сприяли ранній інтеграції людей з інвалідністю у суспільство. Зокрема, серед провідних форм визначається інклюзивна освіта.

Проблеми інтеграції дітей та молоді з інвалідністю досліджуються в роботах Т. Мартинюк [84], О. Матрос [87] та ін. Важливе значення мають зарубіжні дослідження, що присвячені захисту прав людей з інвалідністю та їх самозахисту при інтеграції в суспільне життя (Yip, Yick Hong [186]; Richards, Wilson [176]).

Інтеграція людей з інвалідністю передбачає їх включення в контекст широких соціальних відносин. Поняття інклюзії в США, Канаді, Великій Британії та інших країнах, де є фактично п'ятдесятирічний досвід впровадження різноманітних заходів щодо соціальної інтеграції людей з інвалідністю, реалізується шляхом переходу від інтегративних процесів до інклюзивних [157].

Розгляд інтеграції та інклюзії в ряді випадків як принципово різних понять і процесів по відношенню до людей з інвалідністю – неправомірний. Інтеграція являє собою процес об'єднання звичайних людей і людей з інвалідністю. При цьому для других не створюються спеціальні умови та адаптивно-розвиваюче середовище. При інклюзії здійснюється реформування інфраструктури таким чином, щоб вона відповідала потребам всіх без винятку людей [101] (табл. 1.1).

Таблиця 1.1

Переваги інклюзивного навчання осіб з інвалідністю

Основні положення	Переваги
Зміст	<ul style="list-style-type: none"> - адаптація системи до потреб дитини, а не адаптація дитини до вимог системи освіти; - діти з інвалідністю є частиною шкільної системи і не потребують будь-якої спеціальної адаптації до неї; - враховуються потреби всіх дітей та індивідуальність кожної; - метою навчання є допомога дітям розвиватися і знаходити своє місце в суспільстві незалежно від потенційних здібностей і можливостей

Продовження таблиці 1.1

Зміни в освітньому процесі	<ul style="list-style-type: none"> - створення в загальноосвітніх організаціях спеціальних умов для навчання дітей з інвалідністю; - створення єдиного адаптивного освітнього середовища, яке буде відповідати потребам всіх учнів даної освітньої організації; - навчання дітей з інвалідністю в загальних класах загальноосвітньої школи, але з наданням спеціалізованої психолого-педагогічної допомоги; - комплексна підготовка педагогічного, учнівського та батьківського колективів до включення в освітній процес дітей з особливостями розвитку та створення умов для соціальної реабілітації дитини та інтеграції її у суспільство; - розвиток толерантного ставлення в колективі; - стимулюючий вплив більш здібних однолітків; - можливість у ширшому діапазоні ознайомлюватися із життям; - розвиток навичок спілкування та нестандартного мислення (як у дітей з особливостями психофізичного розвитку, так і в їхніх здорових однолітків); - можливість виявлення гуманності, співчуття, милосердя, терпимості у реальних життєвих ситуаціях, що є ефективним засобом морального виховання
Результат	<ul style="list-style-type: none"> - можливість навчати всіх без винятку дітей в єдиному освітньому просторі означає прийняття моделі інклюзивної школи як способу дії не тільки в межах освітньої системи, а й усього суспільства загалом [72]

Інклюзію необхідно розглядати в якості етапу (або ступеня) інтеграції, її поглиблення і розширення [49, 50]. У руслі соціального конструктивізму можна говорити про різні етапи соціальної інтеграції. Дані етапи мають свій

початок і момент завершення, чіткі соціальні функції щодо життєдіяльності людини (рис. 1.1).

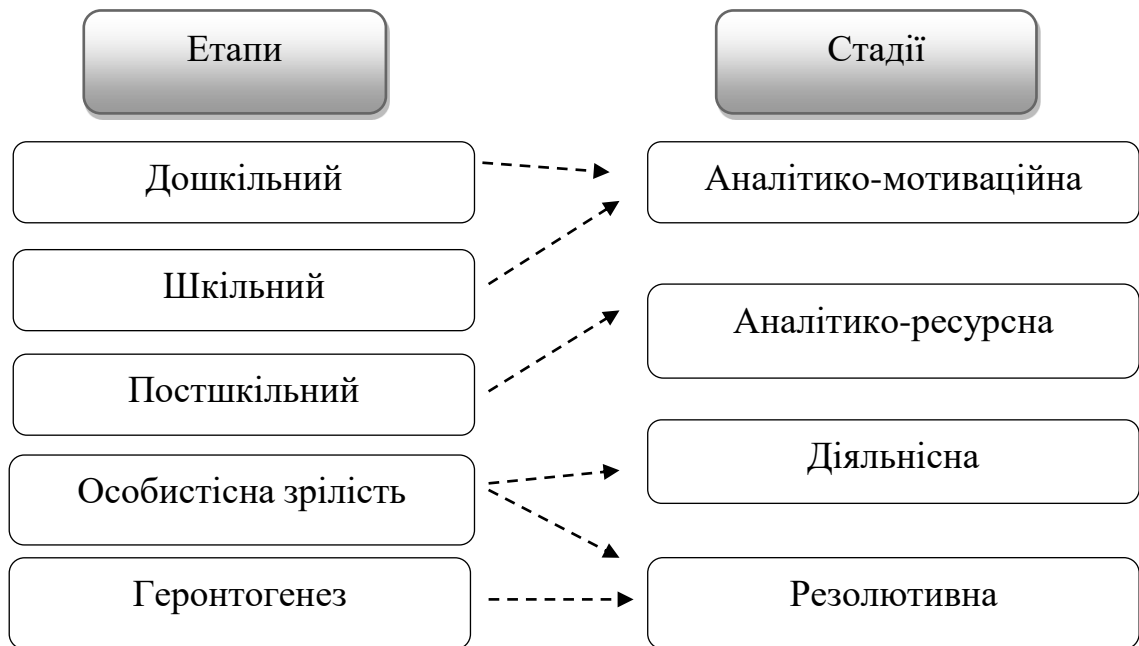


Рис. 1.1 Взаємозв'язок етапів соціальної інтеграції та стадій, що її забезпечують

Автори виділяють п'ять етапів соціальної інтеграції людини: дошкільний, шкільний, постшкільний, період особистісної зрілості і період геронтогенеза [72, 97, 131]. Виділення етапів обумовлено тим, що кожен з них вимагає від людини як реалізації певних здібностей, задатків для включення до відповідних соціальних груп, так і реалізації адаптивних механізмів, практик освоєння життєвого досвіду, накопичення соціокультурного капіталу.

Перевага інклюзивного підходу в навчанні полягає в створенні освітнього середовища, що відповідає індивідуальним інтелектуальним, фізичним і психічним потребам кожної дитини. Безсумнівним плюсом для суспільства є інтеграція і соціалізація дітей з інвалідністю. Але головне, це викорінення дискримінації і виховання толерантності: діти, які отримують

інклюзивну освіту, вчаться взаємоповаги і взаєморозуміння. Підсумком впровадження такої методології має стати поліпшення якості життя учнів в цілому і особливо тих з них, хто відноситься до соціально-вразливих груп [28].

В основі проходження індивідом зазначених етапів, реалізації видів і форм інклюзії знаходиться ряд стадій, що забезпечують розвиток процесу соціальної інтеграції індивіда [72, 145]:

- 1) аналітико-мотиваційна (на даній стадії здійснюється аналіз можливих і пріоритетних напрямків соціальної інтеграції, її видів, форм; у індивіда формується позитивна мотивація до процесу інтеграції);
- 2) аналітико-ресурсна (проводиться аналіз психічного, фізичного і соціокультурного статусу індивіда, наявних ресурсів для реалізації інтеграційних процесів; при недостатності ресурсної бази здійснюється пошук необхідних джерел ресурсів, додаткових сервісів);
- 3) діяльнісна (дана стадія характеризується мобілізацією ресурсів і реалізацією програм соціальної інтеграції, включенням індивіда в контекст суспільних відносин);
- 4) резолютивна (здійснюється аналіз результатів інтеграції індивіда, формулювання висновків і визначення стратегій подальшої інтеграції) [145].

Інклюзивна освіта має на меті зміни на системному рівні, застосування специфічних підходів і рішень. Необхідно прийняття цілого ряду стратегій на всіх рівнях, щоб реалізувати право дітей з інвалідністю на інклюзивну освіту [51]:

– забезпечення необхідною інфраструктурою (фінансування; гарантія права на захист від дискримінації; зміцнення інформаційних систем; партнерство і участь; зміцнення потенціалу та підвищення інформованості);

– специфічні заходи з просування права на доступ до освіти (усунення бар'єрів на шляху до інклюзивної освіти; гарантія доступу і наявності інститутів інклюзивної освіти; створення інклюзивного навчального середовища; надання необхідної індивідуальної підтримки дітям з інвалідністю; розробка інклюзивних навчальних планів, методик викладання; використання інклюзивної системи оцінки учнів, заснованої на дотриманні прав людини; інвестиції в підготовку вчителів; створення спеціальних ресурсів для підтримки фахівців);

– повага до прав дітей з інвалідністю в шкільному середовищі (право на повагу особистості, культури та мови; повага права дітей на участь у різноманітних заходах; право на повагу фізичних можливостей дітей) [71].

Останнім часом у більшості країн Західної і Центральної Європи відбуваються докорінні зміни у законодавстві, розумінні та забезпеченні якісної освіти для дітей з особливими освітніми потребами. З'являються міжнародні організації, що формують політику в галузі інклюзивної освіти, проводять дослідження, розробляють рекомендації для урядів різних країн, що сприяють розвитку інклюзивної політики [167].

Міжнародні організації, такі як ООН і ЮНЕСКО, на сьогодні мають значний досвід залучення дітей з інвалідністю до навчання. В Європі за останні 50 років відбулися докорінні зміни у законодавстві, що стосується інтеграції дітей з інвалідністю у суспільство, посилилася увага до якості й доступності освіти для дітей з особливими освітніми потребами [6]. Міжнародні декларації, Стандартні правила ООН та Конвенції ООН зазначають, що «...усі діти мають право на освіту, без проявів будь-якої дискримінації, а отже, як наслідок цього, право на прогрес» [74, 75].

Крім цього, право на заняття спортом є невід'ємним елементом права на розвиток фізичного і психічного здоров'я [154]. Цим правом, так само як і іншими правами людини, повинні мати можливість користуватися всі, без будь-якої дискримінації. Для величезної кількості людей з інвалідністю

формування доступного спортивного середовища є виключно важливим. Це не тільки спорт у вузькому сенсі цього слова – це зміна життя людини з інвалідністю, заняття фізичною культурою, можливість відвідувати спортивні гуртки, секції, а також засіб активної інтеграції та соціалізації [38, 151, 184].

Інклюзивний підхід в спорті реалізується у певних напрямках адаптивного і неолімпійського спорту через волонтерські програми Спеціальних Олімпіад [156], роботу спортивних федерацій, Паралімпійський спорт [150], неолімпійський спорт (Європейські ігри) [169] (табл. 1.2).

Таблиця 1.2

Приклади реалізації інклюзивного підходу в спорті

Спортивні організації та змагання	Вид діяльності
Спеціальні олімпіади	Програма «Об'єднаний спорт»
	Програма «Приєднуйся»
Паралімпійські Ігри	Діяльність спортсменів-лідерів
Європейські ігри	Діяльність ЮНІСЕФ під час II Європейських ігор 2019 року.
Спортивні федерації	Всесвітня федерація карате
	Всесвітня федерація стрільби з лука
	Всесвітня федерація бадмінтону
	Міжнародна федерація каное
	Міжнародна федерація настільного тенісу
	Міжнародна федерація тенісу
	Міжнародна федерація бобслею та скелетону та ін.

Волонтерська діяльність в структурі Спеціальних Олімпіад, крім підготовки та організації змагань, також передбачає участь волонтерів у різних волонтерських програмах («Здорові спортсмени», «Об'єднаний спорт», «Маленькі спортсмени», «Приєднуйся» та ін.) [144]. Програма «Об'єднаний спорт» залучає приблизно однакову кількість спортсменів Спеціальних Олімпіад та людей, що не мають вад розвитку, задля спільних тренувань та подальшої участі в змаганнях. Освітня програма «Приєднуйся» для учнів закладів освіти різного рівня акредитації передбачає залучення якомога більшої кількості волонтерів для допомоги учасникам Спеціальних Олімпіад (наприклад, проведення спільних змагань для осіб з інвалідністю та практично здорових). Завдяки таким програмам спортсмени з інвалідністю мають можливість соціально адаптуватися через спільні заняття спортом та руховою активністю [30, 31, 56, 67].

Крім діяльності волонтерів в програмах Спеціальних Олімпіад, інклюзивний підхід в спорті реалізується в Паралімпійських іграх через спортсменів-лідерів. Спортсмен-лідер – це людина, яка веде спортсмена з порушенням зору по дистанції в таких видах спорту як: лижні гонки, гірськолижний спорт, пара-сноуборд, біатлон, триатлон, велоспорт, кінний спорт, легка атлетика. Спортсменам лідерам на постійній основі необхідно тренуватися спільно зі спортсменами-паралімпійцями для того, щоб підтримувати високий рівень загальної та спеціальної фізичної підготовки. Під час змагань, лідери забезпечують старт спортсменів-паралімпійців, координують їх діяльність на дистанції та забезпечують фініш. Саме тому, тренування паралімпійців та спортсменів-лідерів відбуваються одночасно, що впливає не тільки на покращення спортивних показників, а й на підвищення рівня соціалізації спортсменів з інвалідністю.

Ідея інклюзії була реалізована і в неолімпійському спорті, під час проведення II Європейських Ігор 2019 року в Мінську. Однією з основних цілей проведення Ігор організатори визначили – залучення дітей і молоді з

різним рівнем здоров'я до занять спортом, яка була реалізована через декілька програм партнера Ігор по соціальній спадщині ЮНІСЕФ (ЮНІСЕФ та естафета вогню; Фан-зони ЮНІСЕФ: спорт, ігри та інклюзія для кожного; тренінг для волонтерів Європейських Ігор 2019 р.). В рамках естафети олімпійського вогню однією з факелоносців була спортсменка з інвалідністю – волонтерка ЮНІСЕФ. Під час проведення Ігор було організовано фан-зони ЮНІСЕФ, де проводились інтерактивні заходи, спортивні ігри та розважальні заняття для всіх дітей, незалежно від їх віку, рівня здоров'я, особливостей та здібностей. Для цього, до початку ігор за сприяння ЮНІСЕФ було проведено тренінг для волонтерів, які змогли отримати базові навички спілкування та взаємодії з людьми з інвалідністю від самих людей з інвалідністю.

Варто зазначити, що інклюзивний підхід в спорті також простежується в роботі міжнародних федерацій з видів спорту. Наприклад, Всесвітня федерація карате (World Karate Federation, WKF), ставить перед собою завдання не тільки розвивати карате в світі, але й розвивати пара-карате. За таким принципом працюють й інші міжнародні федерації. За їх сприяння проходять спільні змагання та спільні навчально-тренувальні збори для спортсменів з інвалідністю та спортсменів-олімпійців. Така робота федерацій впливає на інтеграцію спортсменів з інвалідністю в спортивне середовище здорових людей, що в свою чергу дає змогу соціалізуватися спортсменам з інвалідністю.

Отже, інклюзивний підхід як в сфері освіти, так і в сфері фізичної культури і спорту є важливим фактором розвитку суспільства. Завдяки реалізації інклюзивного підходу покращується життя учнів, відбувається соціалізація осіб з інвалідністю в суспільстві та його гуманізація.

1.2. Впровадження інклюзивної форми навчання в українській педагогічній практиці

В Україні однією із форм навчання дітей з інвалідністю є інклюзивна освіта, яка є відносно новою у нашій державі, але вже визнана в багатьох країнах світу. Інклюзивна освіта забезпечує безумовне право кожної дитини навчатися в закладі освіти за місцем проживання із забезпеченням усіх необхідних для цього умов [50, 182].

Аналіз наукової літератури та матеріалів мережі Інтернет дозволяє стверджувати, що проблема інклюзії дітей з особливими освітніми потребами в українській освітній простір є актуальною та багатогранною, і розглядається вітчизняними та зарубіжними науковцями (Л. Черніченко, 2016 [136]; З. Шевців, 2017 [138]; С. Адирхаєв, 2016 [1]; М. Чайковський, 2016 [135]; Armstrong F, Barton L, 2016 [140]; O'Hanlon C, 2017 [170]; Raymond E, 2016 [175]). Автори в своїх дослідженнях розглядають інклюзію в освіті як один із багатьох аспектів інклюзії в суспільстві загалом, наголошуючи, що інклюзія означає розкриття кожної особистості за допомогою освітньої програми [49, 50, 71]. У зв'язку з цим в Україні постало важливе питання запровадження інклюзивного навчання, формування нової філософії державної політики щодо дітей з інвалідністю, вдосконалення і розвиток нормативно-правової бази відповідно до міжнародних документів у сфері прав людини.

У передових країнах Західної Європи, починаючи з 70-х р. ХХ ст. відбувалася перебудова спеціальної освіти. Зокрема, інтегроване та інклюзивне навчання дітей з інвалідністю визначено як основну форму здобуття загальної освіти.

Серед країн із найбільш досконалим і розвиненим законодавством у галузі інклюзивної освіти найчастіше називають: Канаду, Кіпр, Данію, ПАР, Іспанію, Бельгію, Швецію, Велику Британію, США. Наприклад, в Італії законодавство підтримує інклюзивну освіту з 1971 р. До того ж акцент

зроблено не на навчанні, а на соціалізації. В результаті діти з інвалідністю стають повноцінними членами суспільства. У Фламандській частині Бельгії давно діє добре розвинена система спеціальних шкіл, фахівці з яких супроводжують дітей з інвалідністю під час інтеграційних процесів у загальноосвітніх школах. У цих і багатьох інших країнах інклюзивна освіта існує вже 30 – 40 років [6, 68].

Для забезпечення права на якісну освіту дітей з особливими освітніми потребами міжнародна практика пропонує їм широкий вибір доступних форм здобуття освіти (рис. 1.2).

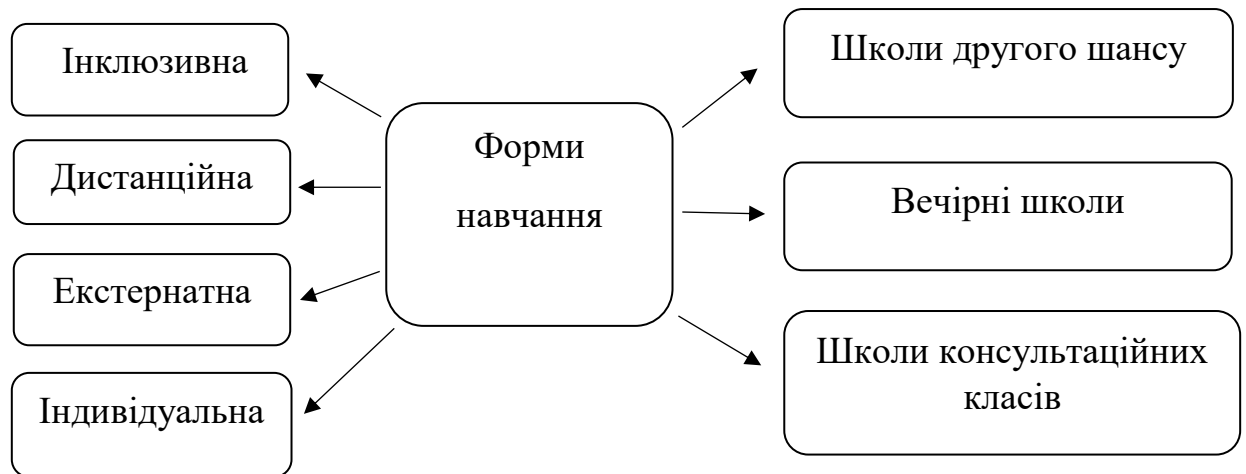


Рис. 1.2 Основні форми здобуття освіти для людей з інвалідністю у країнах Європи [6, 170]

В Україні спеціальна освіта має складну, розгалужену й диференційовану систему навчально-виховних (корекційних) закладів, реабілітаційних і медико-педагогічних центрів, навчально-виховних комплексів, спеціальних (корекційних) класів при середніх закладах освіти тощо. Розвиток системи спеціальної освіти спрямований на подальшу диференціацію і вдосконалення діючої мережі корекційних закладів, відкриття нових типів закладів, у яких надаватиметься комплексна допомога

й підтримка дітям із особливими освітніми потребами, а також із залученням цих дітей у загальноосвітню школу [159, 180].

Закони України «Про освіту» [21] та «Про загальну середню освіту» [20] надають можливість батькам дітей з особливими освітніми потребами варіанти вибору різних форм навчання (в спеціальній школі; школі-інтернаті; навчально-реабілітаційному центрі; у корекційних класах при загальноосвітній школі, дитсадку-школі; домашнє навчання; у формі екстернату тощо).

За даними Державної служби статистики України [34], показник інклюзії в Україні становить лише 7%. Для порівняння: в Італії ця цифра охоплює 99%, Норвегії – 90%, Литві – 90%, Угорщині – 57%, Польщі – 42%, Словаччині – 42%, Франції – 25% [34].

У нашій країні інтеграційні процеси людей з інвалідністю розпочалися з 90-х років минулого століття. Значний внесок у справу пропаганди інклюзивної освіти зроблено українсько-канадським проектом «Інклюзивна освіта для дітей з особливими освітніми потребами в Україні» (2008–2013 рр.), який здійснювався за підтримки Канадської агенції з міжнародного розвитку. Головним досягненням проекту стало саме донесення до громадськості переваг інклюзивного навчання (рис. 1.3).

Механізм впровадження інклюзивної освіти забезпечується низкою нормативно-правових документів. Законодавство України про освіту базується на Конституції України і складається із Законів України, інших нормативно-правових актів і міжнародних договорів України, згода на обов'язковість яких надана Верховною Радою України [96]. Конституція України гарантує право кожного громадянина на доступність до якісної освіти. Це в повній мірі повинно стосуватися й дітей з особливими освітніми потребами, до яких належать діти, що мають різні нозологічні вади.

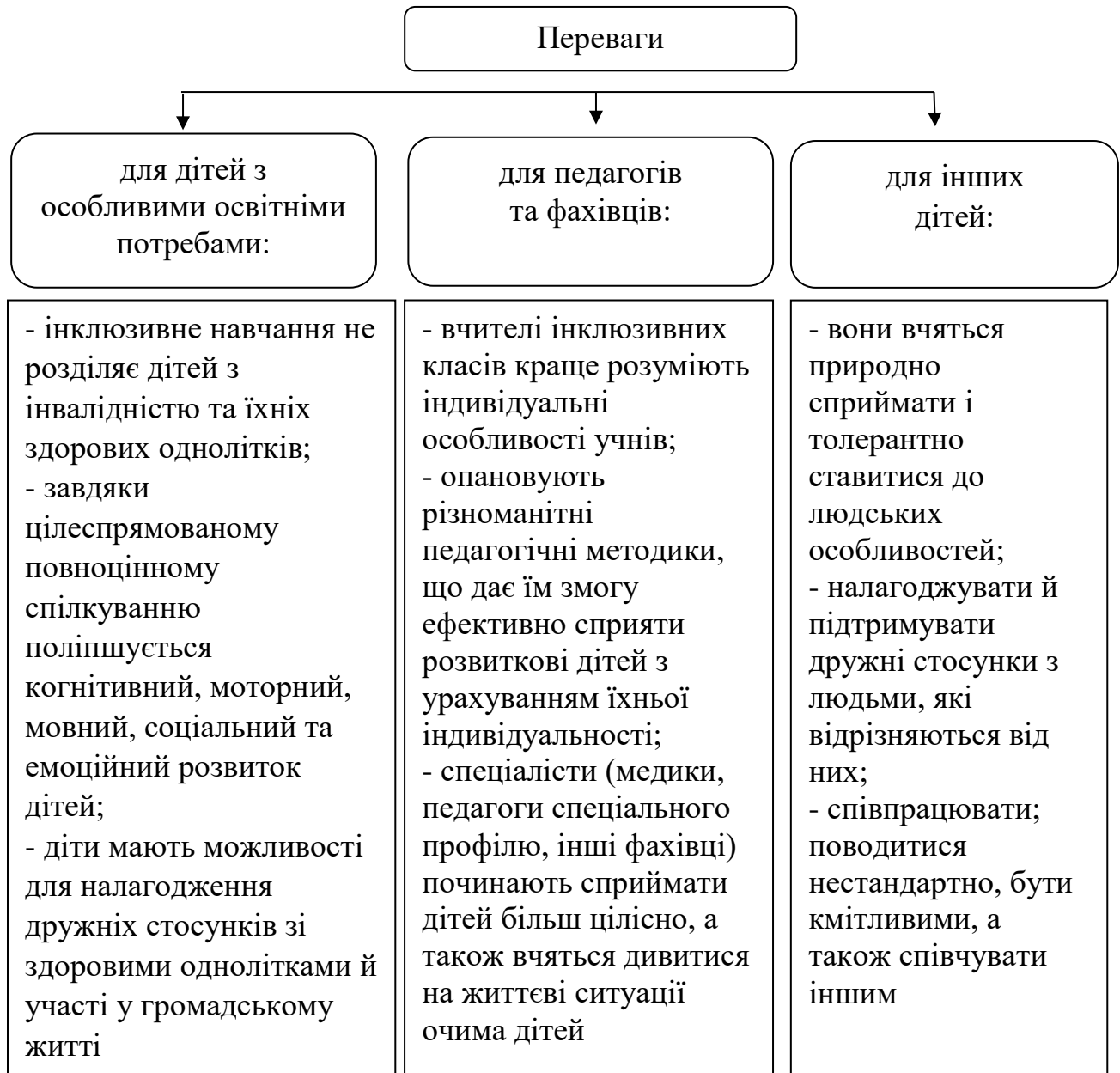


Рис. 1.3. Основні переваги інклюзивного навчання для різних груп населення

На зараз правове регулювання питань інтегрованої та інклюзивної освіти знаходиться у стані активної розробки та впровадження (табл. 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 1.7).

Таблиця 1.3

**Правове регулювання питань інтегрованої та
інклюзивної освіти в Законах України**

Дата	Нормативні документи
05.07.2017 р.	Закон України №2053-VIII Про внесення змін до Закону України «Про освіту» щодо особливостей доступу осіб з особливими освітніми потребами до освітніх послуг [104]
16.01.2018 р.	Закон України №2249-VIII «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України» [103]
06.09.2018 р.	Закон України №2541-VIII «Про внесення змін до деяких законів України щодо доступу осіб з особливими освітніми потребами до освітніх послуг» [102]

Одним із перших важливих кроків, спрямованих на вирішення питання освіти дітей з інвалідністю, став Указ Президента України від 17.04.2002 р. «Про Національну доктрину розвитку освіти» [115].

Таблиця 1.4

**Правове регулювання питань інтегрованої та
інклюзивної освіти в Указах президента України**

Дата	Нормативні документи
17.04.2002 р.	Указ Президента України № 347/2002 «Про Національну доктрину розвитку освіти» [115]
25.06.2013 р.	Указ Президента України № 344/2013 «Про Національну стратегію розвитку освіти в Україні на період до 2021 року» [116]

На розвиток норм і положень статей 19, 20 Закону України «Про освіту» поставлено конкретні завдання із забезпечення рівного доступу та державної підтримки дітей та молоді з інвалідністю, зокрема, створення належних умов для здобуття ними безплатної освіти в державних і комунальних навчальних закладах; забезпечення варіативності здобуття якісної базової чи повної середньої освіти із врахуванням здібностей та індивідуальних властивостей дітей, спрямованої на їхню інтеграцію в соціально-економічне середовище; створення системи допомоги батькам у навчанні та вихованні дітей з інвалідністю [21].

Таблиця 1.5

Правове регулювання питань інтегрованої та інклюзивної освіти в постановах Верховної Ради України

Дата	Нормативні документи
25.03.2014 р.	Постанова Верховної Ради України № 1158-VII «Про проведення парламентських слухань на тему: «Освіта, охорона здоров'я та соціальне забезпечення дітей з порушеннями психофізичного розвитку: проблеми та шляхи їх вирішення» [120]
13.01.2015 р.	Постанова Верховної Ради України № 96-VIII «Про Рекомендації парламентських слухань на тему: «Освіта, охорона здоров'я та соціальне забезпечення дітей з порушеннями психофізичного розвитку: проблеми та шляхи їх вирішення» [121]

У наступні роки видано низку постанов Кабінету Міністрів України про створення умов для забезпечення прав на освіту осіб з інвалідністю.

Проте нормативно-правова база 2002–2007 рр. цілковито не розв'язувала цієї проблеми і потребувала запровадження необхідних положень на

законодавчому рівні. Хоча чинним на той час законодавством і була передбачена можливість здобуття освіти особами з інвалідністю, але ті чинні норми не забезпечували правових засад для комплексного розв'язання проблеми [49].

Таблиця 1.6

**Правове регулювання питань інтегрованої та
інклюзивної освіти в постановах Кабінету Міністрів України**

Дата	Нормативні документи
23.04.2003 р.	Постанова Кабінету Міністрів України № 585 «Про встановлення строку навчання у загальноосвітніх навчальних закладах для дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку» [107]
05.07.2004 р.	Постанова Кабінету Міністрів України № 848 «Про затвердження Державного стандарту початкової загальної освіти дітей, які потребують корекції фізичного та(або) розумового розвитку» [109]
15.08.2011 р.	«Порядок організації інклюзивного навчання в загальноосвітніх навчальних закладах», затверджений Кабінетом Міністрів України, № 872 [114]
13.12.2017 р.	Розпорядження Кабінету Міністрів України № 903-р Про затвердження плану заходів на 2017-2029 роки із запровадження Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» [112]
21.08.2019 р.	Постанова Кабінету Міністрів України №779 «Про організацію інклюзивного навчання в закладах позашкільної освіти» [118]

Законом України «Про загальну середню освіту» від 6 липня 2010 р. [20] було внесено зміни до частини третьої статті 9 Закону «Про загальну середню освіту», де передбачено, що «загальноосвітні навчальні заклади можуть створювати у своєму складі класи (групи) з вечірньою (заочною), дистанційною формами навчання, класи (групи) з поглибленим вивченням окремих предметів, спеціальні та інклюзивні класи для навчання дітей з особливими освітніми потребами» [20].

У такий спосіб на законодавчому рівні було закріплено право на інклюзію в системі загальної середньої освіти, що давало додатковий стимул для її успішного впровадження.

Таблиця 1.7

**Правове регулювання питань інтегрованої та інклюзивної освіти в
наказах, листах Міністерства освіти і науки України**

Дата	Нормативні документи
20.12.2002 р.	Наказ Міністерства освіти і науки України № 732: «Про затвердження положення про індивідуальну форму навчання в загальноосвітніх навчальних закладах» [113]
02.12.2005 р.	Наказ Міністерства освіти і науки України № 691: «Про створення умов щодо забезпечення права на освіту осіб з інвалідністю» [122]
27.11.2007 р.	Наказ Міністерства освіти і науки України № 1041: «Про забезпечення прав дітей-інвалідів та дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку» [108]
01.10.2010 р.	«Концепція розвитку інклюзивної освіти», затверджена Міністерством освіти і науки України, № 912 [111]

Продовження таблиці 1.7

18.05.2012 р.	Лист Міністерства освіти і науки України № 1/9-384 «Про організацію інклюзивного навчання у загальноосвітніх навчальних закладах» [119]
01.03.2013 р.	Рішення колегії Міністерства освіти і науки, молоді та спорту країни, протокол № 2/3-2 «Про впровадження інклюзивного навчання в загальноосвітніх навчальних закладах: реалії та перспективи» [106]
14.06.2013 р.	Наказ МОН України № 768 «План заходів, щодо забезпечення права на освіту дітей з особливими освітніми потребами, у тому числі дітей-інвалідів» [100]
23.07.2013 р.	Наказ МОН України №1034 «Про затвердження заходів щодо впровадження інклюзивного навчання в дошкільних та загальноосвітніх навчальних закладах на період до 2015 року» [110]
08.08.2013 р.	Лист МОН України №1/9- 533 «Про організаційно-методичні засади забезпечення права на освіту дітям з особливими освітніми потребами» [117]
10.11.2017 р.	Наказ МОН України №4706 «Про внесення змін до наказу Міністерства молоді та спорту України від 17 січня 2015 року N 67 «Про організацію навчально-тренувальної роботи дитячо-юнацьких спортивних шкіл» [105]
05.08.2019 р.	Лист МОН № 1/9-498 щодо методичних рекомендацій щодо навчання дітей з особливими освітніми потребами в 2019/2020 н.р. [139]

У жовтні 2010 р. Міністерство освіти і науки України затвердило «Концепцію розвитку інклюзивної освіти» [76], яка передбачає необхідне

навчально-методичне забезпечення освітнього процесу в умовах інклюзивного навчання та здійснення відповідних інституційних змін.

На виконання поставлених завдань у серпні 2011 р. Кабінет Міністрів України затвердив «Порядок організації інклюзивного навчання в загальноосвітніх навчальних закладах» [113, 114], а Міністерство освіти і науки України для реалізації норм і положень цієї постанови видало низку відповідних нормативних актів. Вони визначають порядок формування інклюзивних класів та їхню наповнюваність, передбачають корекційну спрямованість навчально-виховного процесу, організацію психологічного й соціального супроводу, запровадження посади вихователя (асистента вчителя), який забезпечує соціально-педагогічний супровід дитини з особливими освітніми потребами у загальноосвітніх навчальних закладах інклюзивного навчання [114].

Крім того, відповідні положення щодо впровадження інклюзивного навчання містяться в Законах України «Про освіту» [21], «Про дошкільну освіту» [19], «Про загальну середню освіту» [20], «Про позашкільну освіту» [24], «Про професійно-технічну освіту» [25], «Про вищу освіту» [18]. Відповідні положення також внесено до законів України «Про охорону дитинства» [23], «Про основи соціальної захищеності осіб з інвалідністю в Україні» [22] та «Про фізичну культуру і спорт» [26]. Отже, можна стверджувати, що в Україні на законодавчому рівні закріплено захист права дітей з особливими освітніми потребами на здобуття знань у дошкільних, загальноосвітніх, позашкільних, професійно-технічних і вищих навчальних закладах [81, 82, 83].

Законодавче забезпечення інклюзивної форми навчання уможливило початок її успішного впровадження в Україні. Станом на 1 березня 2011 р. в Україні було створено близько 536 спеціальних класів у загальноосвітніх школах. Тоді ж Міністерство освіти і науки України відзвітувало, що вже майже 130 тис. дітей з інвалідністю охоплені інклюзивною освітою [34].

З липня 2016 р. до впровадження інклюзивної освіти долучилася Марина Порошенко. Під її кураторством Фонд Порошенка почав реалізацію низки регіональних проектів із впровадження інклюзивної освіти в регіонах України, спрямованих на основні пріоритети розвитку інклюзивної освіти:

- врегулювання юридично-правових норм реалізації права на освіту для всіх дітей без винятку;
- забезпечення державного фінансування додаткових послуг для дітей з особливими освітніми потребами;
- створення інклюзивних ресурсних центрів, які будуть займатися і супроводжувати дітей з особливими освітніми потребами;
- адаптація освітніх матеріалів, підготовка педагогів, проведення інформаційної та роз'яснювальної роботи з популяризації інклюзивної освіти в Україні [49, 50].

В липні 2017 р. Президент України Петро Порошенко (2014–2019 рр.) підписав Закон України №2053-VIII Про внесення змін до Закону України «Про освіту» щодо особливостей доступу осіб з особливими освітніми потребами до освітніх послуг [104]. Цим законом, визначено право на освіту осіб з особливими освітніми потребами та надано їм можливість здобувати освіту в усіх навчальних закладах, в тому числі безкоштовно в державних і комунальних навчальних закладах, незалежно від «встановлення інвалідності». Також передбачена можливість введення дистанційної та індивідуальної форми навчання; визначено поняття «особа з особливими освітніми потребами», «інклюзивне навчання»; надана можливість особам з особливими освітніми потребами отримувати психолого-педагогічну та корекційно-розвиваючу допомогу, створювати для таких осіб інклюзивні та спеціальні групи (класи) в загальноосвітніх навчальних закладах [104].

Базовим документом для створення інклюзивної освіти в Україні є концепція «Нової української школи» [112], яку затвердила Національна Рада Реформ у квітні 2017 р. За словами її ініціатора, міністра освіти Лілії

Гриневич (2016–2019 рр.), концепція прописує реформування освіти до 2029 р.

У 2017 р. Наказом Міністерства молоді та спорту № 4607 були внесені зміни до Наказу № 67 «Про організацію навчально-тренувальної роботи дитячо-юнацьких спортивних шкіл», які передбачали зміни мінімального віку вихованців, які зараховуються до груп відділень з видів спорту осіб з інвалідністю дитячо-юнацьких спортивних шкіл для осіб з інвалідністю, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл для осіб з інвалідністю паралімпійського та дефлімпійського резерву, дитячо-юнацьких спортивних шкіл, де є відділення (спортсмени) з видів спорту для осіб з інвалідністю [105].

З січня 2018 р. законодавчо закріплено заміну понять «інвалід», «дитина-інвалід» та «інвалід війни» на «особа з інвалідністю», «дитина з інвалідністю» та «особа з інвалідністю внаслідок війни».

У вересні 2018 р. був підписаний Закон України «Про внесення змін до деяких законів України щодо доступу осіб з особливими освітніми потребами до освітніх послуг». Цим Законом було внесено зміни до Закону України «Про позашкільну освіту» [24]. Відповідно, діти з особливими освітніми потребами отримали можливість займатися в позашкільних групах (гуртках) фізкультурно-спортивного або спортивного напрямку. Даний напрямок позашкільної освіти дозволяє заняття фізичною культурою і спортом, розвиток фізичних здібностей вихованців (незалежно від їх рівня здоров'я), повноцінне оздоровлення, набуття навичок здорового способу життя. Крім гуртків фізкультурно-спортивного напрямку, діти з особливими освітніми потребами можуть обрати гуртки соціально-реабілітаційного напрямку, які допоможуть соціалізуватися особам з інвалідністю в суспільстві, самореалізуватися та підготуватися до активної професійної та громадської діяльності [46].

З розвитком нормативно-правової бази, інклюзивна освіта активно впроваджується на рівні вищої школи, а саме розробляється науково-методичне забезпечення сфери інклюзивної освіти [71, 72].

Проте, незважаючи на пошук роботи із запровадження інклюзивної освіти й певні успіхи на цьому шляху, є чимало перешкод для її успішного розвитку [136]. Головним негативним чинником є брак фінансування інклюзивної освіти. Окремого фінансування освіти для дітей з особливими освітніми потребами немає і його не закладено в бюджет. Унаслідок цього постає проблема недостатнього матеріально-технічного та кадрового забезпечення загальноосвітніх навчальних закладів (відсутність спеціального допоміжного навчального обладнання, спеціально розроблених навчальних методик та програм інклюзивного навчання, недостатня чисельність спеціально підготовлених фахівців для роботи з особами з інвалідністю) [138]. На зараз, лише 20 % закладів загальної середньої освіти є цілковито, а 45 % – частково доступними для дітей з інвалідністю. Тільки 32 % закладів професійно-технічної освіти обладнані пандусами, звуковою сигналізацією та інформаційними табличками [34].

Однією з основних проблем у сфері освіти дітей з особливими освітніми потребами є також відсутність послідовності в наданні освітніх та реабілітаційних послуг на всіх рівнях освітнього процесу з обов'язковою психолого-педагогічною, медичною та фізичною реабілітацією. Сьогодні відсутня і класифікація психофізичних порушень, що визначала б, з якими порушеннями діти можуть приходити до закладів освіти [49].

Окрім об'єктивних чинників, інтегрування дітей з інвалідністю у суспільство ускладнює невідповідність суспільства до їх сприйняття. Спостерігаються непоодинокі випадки, коли дітям з інвалідністю відмовляють у прийнятті до навчального закладу через упереджене ставлення до них керівників навчальних закладів або батьків. З другого боку, до дітей з

особливими освітніми потребами часто виявляють надмірну турботливість, що відповідно до європейських стандартів не є рівністю умов [72].

Водночас, залишається низьким рівень поінформованості суспільства про інклюзивну освіту.

Проте, слід відзначити, що протягом останнього часу в Україні значно зріс інтерес до спільних занять спортом дітей з інвалідністю та дітей, які не мають вад розвитку. На державному рівні відбувається ефективне залучення всіх вихованців (учнів/студентів) до навчально-тренувального процесу, у тому числі і осіб з інвалідністю. Велика увага приділяється розвитку адаптивної фізичної культури та адаптивного спорту, що підкріплюється відкриттям інклюзивних гуртків позашкільного профілю, спортивних секцій з «змішаними» групами вихованців і т.д.

Підсумовуючи вищезазначене, можна виокремити основні умови, які є визначальними в успішності інклюзивних процесів [71, 145, 171]:

- стійка соціальна державна політика, зорієнтована на інтегрування всіх без винятку членів суспільства;
- проведення корекційно-розвивальних заходів для дітей з інвалідністю;
- соціальна підтримка і допомога сім'ям дітей з інвалідністю;
- обмеження практики навчання дітей з особливими освітніми потребами в умовах сегрегації;
- розвиток законодавчої бази інклюзивної освіти осіб з інвалідністю;
- створення і розширення системи освітньої і професійно-трудової підготовки осіб з інвалідністю в державні і недержавні структури;
- формування толерантного ставлення до людей з інвалідністю.

Отже, перспективи розвитку інклюзивної освіти вимагають узгоджених і невідкладних дій з боку керівництва держави, Міністерства освіти і науки України, Міністерства охорони здоров'я України, Міністерства праці і

соціальної політики України, Міністерства молоді та спорту України, а також громадських організацій та всього українського суспільства.

1.3. Класифікації спортсменів з інвалідністю як важливий чинник проведення змагань в адаптивному спорті

На сучасному етапі розвитку спортивних змагань різного рівня класифікація спортсменів з інвалідністю в адаптивному спорті є важливим чинником, що впливає на спортивний результат атлетів, а також використовується для побудови ефективного навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю.

У роботах вітчизняних та зарубіжних фахівців сфери фізичної культури і спорту розкрито окремі аспекти, які стосуються класифікацій спортсменів з інвалідністю. Зокрема, А. Передерій [98] вивчала паралімпійську класифікацію як лімітуючий фактор досягнення спортивного результату (на прикладі легкої атлетики); Г. Бойко, О. Максимова [9, 10] розглядали медико-психологічну класифікацію спортсменів з інвалідністю різних нозологічних груп; Ю. Бріскін, А. Передерій [16, 17] вивчали детермінуючі чинники та напрями вдосконалення класифікації у паралімпійському пауерліфтингу, М. Розторгуй [125] розглядала алгоритм системи класифікації у паралімпійському пауерліфтингу. Крім цього, є дослідження, присвячені психологічній класифікації спортсменів з вадами розумового та фізичного розвитку (Г. Бойко) [10], класифікації в паралімпійському спорті за допомогою гандикапу (А. Передерій, М. Розторгуй) [98].

Розглядаючи питання класифікації спортсменів з інвалідністю, перш за все, необхідно проаналізувати зміст терміну «класифікація», який має неоднозначне визначення у роботах різних науковців (С. Євсєєв, 2008 [36]; І. Когут, 2019 [53, 58]).

Під класифікацією спортсменів в адаптивному спорті мається на увазі безпосередньо процес поділу спортсменів на ті чи інші групи, класи,

дивізіони, і власне результат цього поділу, тобто яким чином та за якими критеріями (насамперед юридично) відбувався розподіл спортсменів на групи, класи, дивізіони [42].

На даний час в адаптивному спорті виділяють три види класифікації: медична, функціональна, гандикапна [41].

За медичною класифікацією розподіл спортсменів на класи надає можливість участі в змаганнях з конкретного виду адаптивного спорту. Класифікація спортсменів здійснюється за медичними критеріями без урахування специфіки спортивної діяльності [42]. Функціональна класифікація передбачає розподіл спортсменів на класи, виходячи з особливостей конкретного виду спорту, специфіки його змагальної діяльності та їх функціональних можливостей з урахуванням попередньої медичної класифікації [42].

На думку С. Євсєєва, О. Євсєєвої [37] медичну і функціональну класифікацію, які використовуються в адаптивному спорті, доречно порівняти з двома видами класифікацій станів людини, розроблених Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВООЗ). Це Міжнародна статистична класифікація хвороб і проблем, пов'язаних зі здоров'ям (Міжнародна класифікація хвороб 10-го перегляду, МКХ-10), яка визначає етіологічну структуру хвороб (хвороба, розлад, травма), і Міжнародна класифікація функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я (Міжнародна класифікація функціонування, МКФ), що дає характеристику функціонування і обмежень життєдіяльності, пов'язаних зі змінами здоров'я [42].

Гандикапна класифікація передбачає присвоєння певному функціональному класу коефіцієнта, що впливає на реальний результат спортсменів даного класу. Використання гандикапної класифікації дозволяє об'єднати в межах однієї стартової групи спортсменів різних функціональних класів. У свою чергу, таке об'єднання здійснюється для підвищення

конкуренції (як це робиться в зимових паралімпійських видах лижного і гірськолижного спорту, в яких виділяються всього три стартових групи: спортсмени, які змагаються стоячи, сидячи та незрячі спортсмени), або при недостатній кількості спортсменів одного спортивного функціонального класу для формування мінімальної заданої правилами змагань кількості спортсменів у стартовій групі [41].

Порядок, процедура і умови класифікації спортсменів за ступенем їх функціональних можливостей, заявлених для участі в змаганнях, вказуються в правилах змагань та мають бути сформульовані у відповідності до вимог Міжнародного Паралімпійського Комітету (МПК) і міжнародних спортивних федерацій осіб з інвалідністю [160, 172].

Кількість класів спортсменів для участі в змаганнях у кожному виді спорту визначається комітетом (комісією) з цього виду спорту національного паралімпійського комітету та відповідною федерацією з виду спорту на основі рішення МПК або міжнародних спортивних федерацій осіб з інвалідністю [172, 181].

Отже, сьогодні в адаптивному спорті існує три види класифікації: медична, функціональна та гандикапна. Враховуючи це, в кожному окремому виді спорту задля забезпечення рівних умов на змаганнях формується своя система класифікації.

1.4. Сутність підготовки тренера для роботи зі спортсменами з інвалідністю як основа ефективності навчально-тренувального процесу

У сучасному суспільстві змінюється уявлення про те, якою має бути освіта в XXI столітті, що саме слід знати сучасній освіченій людині. У світі відбувається процес гуманізації освіти. Вища педагогічна освіта потребує підвищення рівня фундаментальної загальногуманітарної ціннісної бази, розробки принципів побудови цілісного освітнього простору навчального закладу, орієнтованого на становлення особистості студента [44].

Генеральними соціальними завданнями реформи освіти, що забезпечують належний рівень професійної підготовки майбутніх фахівців сфери фізичної культури та спорту щодо роботи з особами з інвалідністю, є формування системи цінностей, духовного та діяльнісного підґрунтя в людині, гуманізація її свідомості, зміна ментальності суспільства. Заклади вищої освіти, як світові, так і вітчизняні, різними шляхами та в різні історичні періоди прагнуть реалізувати ці завдання [72].

Відсутність відповідного обсягу кваліфікованих педагогів, тренерів, інструкторів, лікарів, психологів та інших спеціалістів, які працюють з особами з інвалідністю, що, в свою чергу, обумовлено незначною кількістю профільних ЗВО і кафедр, які займаються підготовкою цих фахівців, є однією з головних проблем подальшого розвитку адаптивної фізичної культури в Україні [48].

Враховуючи сучасні тенденції розвитку суспільства, науки та практики в організації педагогічного процесу в освітніх закладах, слід зазначити, що від сучасного спеціаліста сфери фізичної культури та спорту, який планує працювати з особами з інвалідністю, вимагається наявність низки нових якостей в його науковій, педагогічній та практичній роботі, що пов'язані з набуттям системних, комплексних знань та вмінням використовувати їх у своїй професійній діяльності і в організації різноманітних соціальних відносин [5, 44, 52, 57].

Різні аспекти організації процесу професійної підготовки тренерів-викладачів стали предметом дослідження багатьох науковців: професійна підготовка майбутніх фахівців з адаптивного фізичного виховання та спорту (Р. Карпюк, 2010 [45]; Л. Рибалко, 2017 [124]); індивідуалізація професійно-педагогічної підготовки вчителя (О. Отравенко, 2019 [95]); професійна підготовка учителів фізичної культури на основі культурологічного підходу (І. Іваній, 2018 [43]); психологічні особливості професійної підготовки

студентів до майбутньої спортивно-педагогічної діяльності (Г. Суханова, В. Ушаков, 2019 [130] та ін.)

Водночас, аналіз наукової літератури дозволяє стверджувати, що в центрі уваги багатьох вітчизняних та зарубіжних вчених також перебуває проблема здобуття освіти людьми з інвалідністю. Зокрема, на думку Г. Стангвік, одним з ефективних шляхів підвищення якості навчального процесу осіб з інвалідністю є впровадження інклюзивної освіти, яка залежить передусім від готовності педагогічних працівників здійснювати професійну діяльність у нових умовах. Інклюзивну компетентність вона розглядає як складову більш широкого поняття професійної компетентності педагога і виділяє в її структурі такі змістовні ключові функціональні компетентності, як усвідомлену, закріплену суб'єктивним досвідом систему знань, умінь і навичок, що використовуються в процесі діяльності для вирішення різних професійних завдань [180].

На основі аналізу вітчизняного і зарубіжного досвіду підготовки фахівців до роботи в інклюзивних закладах освіти О. Отравенко визначає інклюзивну компетентність педагогів як інтегративне особистісне поняття, яке зумовлює здатність здійснювати професійні функції в процесі інклюзивного навчання, враховуючи різноманітні освітні потреби учнів [95].

Особливе місце посідає формування соціальної складової інклюзивної компетенції, яку відносять до якісної характеристики фахівця, здатність адекватно оцінювати навколишню дійсність на основі наявних знань про неї; уміння знаходити інформацію в невизначеній ситуації, уміння задовольняти бажання, спираючись на існуючі норми. На думку І. Б. Зарубінської, соціальна компетентність особистості охоплює різні сфери людської діяльності: навчальну, професійну, власне соціальну взаємодію – і є однією з істотних передумов продуктивної міжособистісної взаємодії в усіх її проявах [39].

Фахівці сфери фізичної культури і спорту відзначають, що індивідуальний ресурс педагогічного працівника складається з внутрішніх резервів (енергетичних, психофізичних, інтелектуальних, вольових) і можливостей його розвитку [8]. У дослідженні Л. Черніченко, З. Шевців приділяється увага розвитку психологічної готовності до роботи вчителів в інклюзивній школі, зокрема, рівню емпатії, самоактуалізації, гнучкості в спілкуванні, здатності до саморозкриття, які вчені об'єднують у групу внутрішніх чинників ставлення педагогів до впровадження інклюзивної освіти [136, 138].

Окремі зарубіжні дослідники розглядають проблеми формування інклюзивної компетентності у студентів – майбутніх вчителів [44, 45, 180]. Заслуговує на увагу швейцарський досвід розвитку інклюзивної компетентності вчителів з виділенням таких пріоритетних напрямів роботи, як сприяння соціальному, емоційному та пізнавальному розвитку кожної дитини для того, щоб вона відчула себе неповторним і повноцінним учасником суспільного життя. Узагальнюючи досвід науковців можна зробити висновок, що інклюзивна компетентність вчителів у цій країні формується насамперед на основі інноваційних підходів до організації інклюзивного навчального середовища та принципів педагогіки співробітництва, толерантності, мультиперспективної освіти шляхом посилення полікультурного і особистісно зорієнтованого компонентів у оновлених освітніх програмах педагогічних університетів [52].

Зарубіжними і вітчизняними дослідниками сьогодні велике значення надається розвитку науково-методичного забезпечення галузі адаптивної фізичної культури та спорту. На початку XXI ст. проблемами рухової активності осіб з інвалідністю опікуються, як відмічає Р. Чудна (2002), різноманітні організації: «Рада з рухової активності асоціації досліджень», «Рада з рухової активності американського союзу ради здоров'я»,

«Європейська асоціація досліджень рухової активності» та ін., що мають періодичні видання [137].

В останні роки з'явилися роботи, в яких безпосередньо чи у зв'язку із вивченням інших проблем досліджуються окремі питання підготовки фахівців з адаптивної фізичної культури. Зокрема, Ю. Бріскін (2005–2016) розглядає історичні аспекти розвитку адаптивного спорту і досліджує особливості функціонування його основних складових, зокрема паралімпійського, дефлімпійського та спеціально олімпійського руху [12, 13, 14], Р. Карпюк (2007) аналізує проблеми підготовки майбутніх фахівців з адаптивного фізичного виховання в Україні [45], І. Когут (2006–2017) висвітлює соціально-гуманістичні засади розвитку адаптивної фізичної культури [47, 62, 63, 65, 66, 69, 70], Р. Чудна (2002–2011) характеризує стан і актуальні питання фізичного виховання людей з інвалідністю в Україні і т. п. [137]. Однак питання підготовки майбутніх тренерів з фізичної культури та спорту до роботи з особами з інвалідністю потребує подальшого вивчення, враховуючи сучасні зміни, що відбуваються в освіті, науці та практиці.

Разом з тим, залишаються не розкритими конкретні механізми реалізації концепції інклюзивного навчання і тренування та відсутня інформація щодо ефективності використання запропонованих технологій. Ю. Богінська серед психолого-педагогічних умов соціально-педагогічної підтримки студентів з інвалідністю визначає необхідність підвищення професіоналізму викладацького і обслуговуючого персоналу та пропонує розробку програми підготовки науково-педагогічних працівників до роботи із зазначеною категорією осіб [7].

Характеризуючи організацію навчання в умовах українського «гібриду» інклюзивної університетської освіти, О. Фудорова відзначає низький рівень централізованої навчально-методичної підготовки викладачів ЗВО з самостійним вирішенням ними поточних питань інклюзивної освіти шляхом самоосвіти [133]. В університеті, що працює за принципами інклюзії,

автор пропонує використання необхідних інформаційних, технологічних та організаційних ресурсів, зокрема, професійну підготовку викладачів. Що стосується ролі здорових студентів в умовах інклюзивних закладів освіти, то це питання залишається поки що не дослідженим.

Аналізуючи проблеми підготовки фахівців з фізичної культури і спорту в умовах нових соціально-економічних реалій, постає проблема підготовки спеціалістів з адаптивного спорту, адже одним із важливих напрямів соціальної політики держави стосовно людей з інвалідністю є забезпечення та реалізація прав на заняття ними руховою активністю і спортом [155, 187]. У ст. 13 Закону України «Про фізичну культуру і спорт» зазначено, що держава спрямовує зусилля на організацію занять фізичною культурою і спортом у системі безперервної реабілітації людей з інвалідністю, включаючи й дітей. Держава стимулює цей процес через державні та громадські організації – комітети, комісії, асоціації людей з інвалідністю [26].

Адаптивний спорт в Україні – відносно новий розділ у теорії і практиці спортивного тренування та змагальної діяльності, котрий потребує ґрунтовного вивчення. Ще недостатньо досліджено можливості застосування організованих форм занять адаптивним спортом, що дало б змогу продовжувати регулярні тренування після закінчення лікування у медичних, реабілітаційних і санаторних закладах. Для впровадження спеціальних заходів необхідно створювати широку мережу груп, секцій, фізкультурно-оздоровчих і спортивних клубів за місцем проживання, а також надавати можливість людям з інвалідністю не лише бути активними учасниками, але й брати участь в організації та проведенні змагань із доступних видів спорту [48, 90]. У зв'язку з цим спостерігається недостатнє науково-методичне та кадрове забезпечення, яке стримує активний розвиток адаптивної фізичної культури.

Зокрема, нічим не виправдана відсутність у Державному класифікаторі ДК 003:2010 «Класифікатор професій» спеціальності, яка відповідала б

фізичній культурі та спорту людей з інвалідністю. Внаслідок цього фактично працююча сфера діяльності не має державного статусу і відповідного кадрового забезпечення. У сучасній Україні проблема забезпечення сфери фізичної культури і спорту спеціалістами, які спроможні працювати з особами з інвалідністю, вирішується за рахунок таких спеціальностей, як викладач фізичного виховання, тренер із виду спорту, спеціаліст фізичної реабілітації. Проте зміст їхньої фахової підготовки неповною мірою передбачає формування спеціальних компетентностей з адаптивної фізичної культури та спорту [54].

Питання оптимізації професійної підготовки фахівців з адаптивної фізичної культури в Україні, які органічно поєднують високий рівень теоретико-методичної, психолого-педагогічної, медико-біологічної, гуманітарної та спеціалізованої практичної підготовки для роботи з особами з інвалідністю, розглянуті недостатньо. Наприклад, у Концепції державного стандарту спеціальної освіти зазначено такі специфічні знання та вміння, що необхідні у виховній роботі з дітьми, які мають інвалідність: розуміння особистості дитини з урахуванням закономірностей її розвитку; визначення ступеня компенсаторно-корекційного впливу на розвиток дитини залежно від характеру та глибини ураження (сенсорного, фізичного чи інтелектуального) в умовах спеціального навчання; проектування віддалених цілей і результатів навчання та виховання з відповідним змістовим, технологічним і матеріальним забезпеченням [52]. Отже, реалізувати завдання спеціальної педагогіки, за вимогами Концепції держстандартів спеціальної освіти, «повинні педагогічні кадри, які повинні мати спеціальну освіту або підкріплену сертифікатом про спеціальну підготовку відповідно до вимог, завдань і змісту освітнього стандарту для спеціальних закладів» [57].

У своїх дослідженнях Р. В. Чудна зазначає, що «сучасна підготовка кваліфікованого спеціального педагога-дефектолога включає такі дисципліни: основи генетики, загальну патологію, анатомію, фізіологію і

патологію органів зору, слуху та мови, психопатологію дитячого віку, основи невропатології, клініку розумової відсталості, загальну педагогіку, загальну психологію, спеціальну психологію розумово відсталих дітей, дітей із порушеннями слуху, зору та мовлення» [137]. Але зміст Концепції підготовки спеціалістів фізичної культури та спорту в Україні та навчальних планів низки профільних ЗВО свідчить про те, що лише окремі з перерахованих предметів входять до підготовки майбутніх фахівців фізкультурно-спортивного напрямку [137].

У пошуках вирішення проблеми відповідності кваліфікації кадрів сфери фізичної культури та спорту об'єктивним потребам напрямку адаптивна фізична культура, у 1996 р. у Львівському державному інституті фізичної культури вперше у практиці спортивної освіти розпочалось викладання дисципліни «Теоретичні основи інваспорту», логічним продовженням якої стали дисципліни «Паралімпійський спорт» і «Адаптивний спорт» [85]. З 2002 р. у Національному університеті фізичного виховання і спорту України викладається навчальна дисципліна «Адаптивний спорт». У 2004 р. в Національному педагогічному університеті ім. М. П. Драгоманова у навчальний план підготовки спеціалістів за напрямом «Фізичне виховання і спорт» в межах спеціальності «Фізична реабілітація» було введено спеціалізацію «Адаптивне фізичне виховання та паралімпійський спорт» [134].

Між тим, підготовку фахівців, які володіють знаннями та навичками роботи зі спортсменами з інвалідністю, здійснюють й інші навчальні заклади. Зокрема, у Дніпропетровському державному інституті фізичної культури викладається навчальна дисципліна «Адаптивний спорт», у Харківській державній академії фізичної культури студенти опановують навчальну дисципліну «Основи організації адаптивної фізичної культури», у Запорізькому державному університеті – «Інвалідний спорт», у Луцькому інституті розвитку людини Університету «Україна» – «Адаптивна фізична

культура» та «Теорія і методика фізкультурно-оздоровчої роботи в центрах інваспорту» тощо. Таким чином, навчальні заклади спортивного профілю намагаються враховувати усі сучасні тенденції, щоб забезпечити підготовку висококваліфікованих спеціалістів, конкурентоспроможних на ринку праці [44, 54].

Варто зауважити, що в роботах Р. Карпюка зазначається, що наукова значущість спеціалізації з адаптивної фізичної культури полягає в [45]:

- побудові методології комплексної адаптації різних категорій осіб з інвалідністю за допомогою фізичних вправ;
- створенні нової дисципліни «Теорія і методика адаптивної фізичної культури»;
- розробці професійно-освітньої програми, яка є новою галуззю освіти, що синтезує знання з теорії і методики фізичної культури, гуманістичної психології, дефектології, медицини, патології, протезування [44].

Практична значущість спеціалізації з адаптивної фізичної культури визначається діапазоном можливостей професійної діяльності фахівців:

- у сфері фізичного виховання, фізичної рекреації, фізичної реабілітації, масового та спорту вищих досягнень;
- з людьми буд-якого віку, різних груп і категорій інвалідності, з вадами слуху, зору, інтелекту, опорно-рухового апарату, внутрішніх органів тощо;
- у різних ланках фізкультурного руху осіб з інвалідністю: у дошкільних установах, спеціальних школах-інтернатах, медичних установах, спортивних клубах, збірних командах із видів спорту тощо [165].

Водночас проблемним аспектом розвитку адаптивної фізичної культури є нестача інформації про особливості фізкультурно-спортивної роботи з людьми з інвалідністю і про специфіку діяльності тренерів з цією категорією спортсменів. Проте потрібно зауважити, що, хоч адаптивний спорт і має дуже багато спільного з олімпійським (а досліджень, присвячених

багатогранній проблематиці олімпійського спорту, існує в значній кількості), проте не варто механічно, без адаптації до особливостей людей з інвалідністю, використовувати напрацювання в олімпійському спорті. Сучасні реалії розвитку адаптивного спорту передбачають запозичення неадаптованих засобів і методів, що застосовуються в олімпійському спорті, збільшення тренувальних і змагальних навантажень, неадекватне використання позатренувальних засобів, надмірне підвищення працездатності осіб з інвалідністю тощо. Все це обумовлює необхідність підготовки кваліфікованих тренерів, які б не нашкодили здоров'ю спортсменів, готуючи їх до виступу на змаганнях різного рівня.

Висновки до розділу 1

1. У сучасній світовій освітній політиці, як підтверджує аналіз науково-педагогічних джерел і міжнародних нормативно-правових документів, визначаються кілька підходів до надання освіти дітям з інвалідністю. Основні з них: інклюзія та інтеграція. Досить часто інтеграцію ототожнюють з інклюзією, яка має дещо розширений контекст: інтеграція – це залучення учнів з особливими освітніми потребами до загальноосвітніх шкіл, а інклюзія передбачає пристосування шкіл та їх загальної освітньої філософії та політики до потреб усіх учнів – як обдарованих дітей, так і тих, котрі мають інвалідність.

2. Аналіз питання державної політики у сфері запровадження інклюзивної освіти та її сучасного стану дозволяє стверджувати, що останніми роками в цьому напрямі досягнуто певних успіхів. Зокрема, на законодавчому рівні закріплено право створювати в закладах середньої освіти спеціальні та інклюзивні класи для навчання дітей з особливими освітніми потребами; ухвалено низку нормативно-правових актів, спрямованих на реалізацію норм і положень законодавства; активізовано розроблення науково-методичного забезпечення інклюзивної освіти тощо.

3. Класифікація в адаптивному спорті відіграє важливу роль у системі змагань людей з інвалідністю, ґрунтується на гуманістичних і морально-етичних засадах та є важливим чинником, який необхідно враховувати під час організації навчально-тренувального процесу. Розподіл спортсменів на групи та класи забезпечує рівні можливості в досягненні спортивного результату. Сьогодні, в адаптивному спорті існує 3 види класифікацій: медична, функціональна та гандикапна.

4. Аналіз професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту для роботи з особами з інвалідністю в Україні свідчить про потребу її перегляду. Сьогодні в нашій країні спеціалізація «фахівець з адаптивної фізичної культури та спорту» відсутня в класифікаторі професій. У спеціалізованих ЗВО викладаються окремі фахові дисципліни, але їх недостатньо. Необхідно розробляти теоретико-методичні засади підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту для співпраці з особами, які мають інвалідність, а також формувати необхідні компетентності у майбутніх спеціалістів щодо роботи в умовах інклюзивного навчального процесу.

Результати дослідження викладені у цьому розділі представлено у наукових працях [11, 49, 50, 52, 57]

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

У процесі наукового дослідження, яке мало на меті отримання нових фактів, використана система методів науково-педагогічного дослідження, тобто шляхів вивчення й опанування складними психолого-педагогічними процесами, встановлення об'єктивної закономірності виховання і навчання.

З метою забезпечення наукової вірогідності результатів дослідження в роботі були використані наступні методи дослідження:

- аналіз і узагальнення спеціальної науково-методичної літератури, документальних матеріалів та матеріалів мережі Інтернет;
- історичний метод;
- метод порівняння та зіставлення;
- метод систематизації;
- педагогічний експеримент;
- педагогічне спостереження;
- метод вимірювання;
- метод опитування;
- метод експертної оцінки;
- метод математичної статистики.

2.1.1. Аналіз і узагальнення спеціальної науково-методичної літератури, документальних матеріалів та матеріалів мережі Інтернет. Цей метод дозволив одержати загальне уявлення про ступінь розробленості досліджуваної проблеми, а саме охарактеризувати теоретичні основи розуміння сутності та змісту інклюзивного підходу в організації навчально-тренувального процесу в карате та особливостей в його реалізації. За допомогою цього методу було проаналізовано особливості підготовки

спортсменів з інвалідністю в карате; виявлено основні положення інклюзивної освіти та інклюзивного навчально-тренувального процесу; описано основні види класифікації в карате та нозологічні особливості спортсменів. Отримані дані, разом з аналізом навчально-тренувальної програми з карате WKF для дитячо-юнацьких спортивних шкіл дозволили розробити інклюзивну навчальну програму «Карате – тренуємося разом».

2.1.2. Історичний метод. Спрямований на дослідження процесів виникнення, формування та розвиток подій у хронологічній послідовності з метою виявлення внутрішніх та зовнішніх зв'язків, закономірностей та суперечностей. В роботі використовувався для дослідження передумов становлення та розвитку навчально-тренувального процесу в карате на території Японії та на Європейському континенті, задля подальшого з'ясування особливостей розвитку його на території України.

2.1.3. Метод порівняння та зіставлення. Порівняння – один із найпоширеніших методів пізнання. Це процес встановлення подібності або відмінності предметів та явищ дійсності, а також знаходження загального, притаманного двом або кільком об'єктам. Цей метод дав можливість порівняти характеристики навчально-тренувального процесу в карате, різні види класифікації, правила змагання та визначити специфіку інклюзивного навчально-тренувального процесу каратистів з інвалідністю.

2.1.4. Метод систематизації. В роботі система розглядалась як комплекс процесів і явищ, що формують навчально-тренувальний процес спортсменів з інвалідністю в карате. Завдання цього комплексу досліджень полягало в тому, щоб виділити систему, піддати аналізу її елементи, виявити механізм функціонування, а в подальшому використати для обґрунтування навчальної програми для каратистів з інвалідністю, що побудована на інклюзивному підході.

2.1.5. Педагогічний експеримент проводився з метою перевірки ефективності розробленої навчальної програми «Карате – тренуємося разом»

для каратистів з інвалідністю. (додаток В, додаток Г). Дослідження проводилися на базі Центру соціально-психологічної реабілітації дітей та молоді з функціональними обмеженнями Дарницького району з жовтня 2017 по жовтень 2018 року. В експерименті брали участь спортсмени 14-20 років в кількості 10 осіб (5 дівчат і 5 хлопців), які мають інвалідність (дитячий церебральний параліч (ДЦП), затримка фізичного розвитку (ЗФР), аутизм). Вказана вище група займалася в інклюзивній групі за розробленою навчальною програмою з карате для спортсменів з інвалідністю (для 2-го року навчання) протягом 12 місяців. Оцінка рівня показників фізичного розвитку та технічної підготовленості проходила в два етапи: I – до початку експерименту; II – після закінчення експерименту (через 12 місяців).

2.1.6. Педагогічне спостереження використовувалося для визначення рівня фізичного розвитку, фізичної та технічної підготовленості досліджуваних з ураженнями опорно-рухового апарату до і після порівняльно-послідовного експерименту для оцінки ефективності розробленої навчальної програми з карате для спортсменів з інвалідністю.

Оцінка рівня фізичного розвитку проводилась за допомогою обраної нами батареї тестів, що були затверджені думкою експертів (Додаток Ж). Отримані дані реєструвалися в підготовленому для кожного досліджуваного протоколі. Згідно з тестуванням, реєструвалися такі показники: швидкісна витривалість, вибухова сила, швидкість та гнучкість.

Для дослідження рівня швидкісної витривалості було обрано тест – «Піднімання тулуба в сід, 1 хв., разів», вибухової сили – «Стрибок у довжину з місця, см», швидкості – «Біг на 60 м, сек», гнучкості – «Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см».

Оцінка рівня технічної підготовленості проводилась за допомогою змагальної вправи з карате, а саме виконання ката Хейан-шодан у I та II періодах порівняльно-послідовного експерименту.

2.1.7. Метод вимірювання. Використання даного методу полягає у визначенні числового значення певної величини за допомогою одиниці виміру [33]. В ході дослідження цей метод використовувався для визначення показників фізичного розвитку спортсменів з інвалідністю, а саме оцінка соматометричних показників (довжина тіла, маса тіла, вік) у I та II періодах порівняльно-послідовного експерименту.

2.1.8. Метод опитування. В дослідженні виникла необхідність соціологічного опитування для отримання як фактичної інформації, так і оціночних суджень. Протягом дослідження було проведено анкетування серед 14 батьків, діти яких відвідують секцію карате з метою визначення ступеню задоволеності якістю впливу карате на розвиток дітей з інвалідністю, що займаються карате, та удосконалення процесу фізичного та морально-етичного виховання серед спортсменів (додаток Е). Склад респондентів визначений з урахуванням завдань дослідження.

2.1.9. Метод експертної оцінки. Метод експертної оцінки дозволив отримати необхідні кількісні результати за суб'єктивними оцінками експертів. В роботі метод експертної оцінки використовувався, по-перше, для встановлення адекватності та інформативності вибраних методів оцінки для визначення рівня фізичної підготовленості спортсменів з інвалідністю (додаток Ж); по-друге, для визначення критеріїв гуманістичного виховання спортсменів з інвалідністю (додаток К); по-третє, для виявлення особливостей тренування спортсменів з інвалідністю, основних функцій та принципів, що реалізуються під час занять в інклюзивному карате (додаток Д). Склад експертів визначений з урахуванням завдань дослідження та складався з 10 експертів у сфері фізичної культури і спорту віком від 25 до 60 років. Серед них: заслужений тренер України (версія JKS), заслужений працівник сфери фізичної культури і спорту України (версія WKF), голова Комітету спорту інвалідів Української федерації карате (версія WKF), чемпіонка Світу з пара-карате 2016 року (версія WKF), трикратна чемпіонка

Дефлімпійських Ігор 2017 року (версія WKF) та ін. Всі експерти мають досвід роботи тренером зі спортсменами з інвалідністю (порушеннями слуху та ураженнями опорно-рухового апарату) за версіями WKF та JKS. Стаж професійної (спортивної) діяльності експертів – від 5 до 20 років.

Для визначення позиції експертів використовувався розрахунок статистичних показників, які використовуються залежно від того, яким чином було сформульоване запитання та які варіанти відповідей пропонувалися.

Експертиза проводилася за допомогою методу ранжування, у якості оцінки була обрана порядкова шкала, за якою експерти оцінювали твердження по рангах від 1 до 10. Таким чином, найменший ранг, що дорівнює 1, відповідав найменш значущому твердженню експертизи, а найвищий ранг – 10 найбільш значущому.

Ступінь узгодженості відповідей експертів визначалася за допомогою коефіцієнта конкордації Кенделла (W), за формулою:

$$W = \frac{12s}{m^2(n^3 - n)} \quad (2.1);$$

де:

W – коефіцієнт конкордації,

m – кількість експертів,

n – кількість об'єктів експертизи,

S – сума квадратів відхилень рангів:

$$S = \sum_{i=1}^n \left(\left(\sum_{j=1}^m X_{ij} \right) - \bar{X} \right)^2 \quad (2.2);$$

\bar{X} – середня оцінка, яку виставили m експертів по всім n об'єктам експертизи, що визначається за формулою:

$$\bar{X} = \frac{m(n+1)}{2} \quad (2.3);$$

Для оцінки значущості коефіцієнта конкордації було використано критерій узгодженості Пірсона:

$$\chi^2 = \frac{125}{mn(n+1)} = 11(m-1)W \quad (2.4);$$

Ступінь свободи K оцінювалась за формулою:

$$k = n - 1 \quad (2.5);$$

На основі порівняння χ^2 розрахункового і χ^2 табличного можна стверджувати про ступінь узгодженості думок експертів.

При визначенні узгодженості думок експертів приймався рівень надійності $P = 99\%$ (ймовірність помилки 1% , тобто рівень значущості $p = 0,01$ або $p = 0,001$) [33, 78, 94].

2.1.10. Метод математичної статистики. З метою опрацювання наукових матеріалів застосовуються методи математичної статистики задля кількісного аналізу отриманих результатів [33, 78, 94].

Обробка результатів досліджень проводилася за допомогою «Excel 2016» (Microsoft, США), програми Statistica (version 8.00) та передбачала визначення обчисленого середнього арифметичного значення (X), середнього квадратичного відхилення (SD) та коефіцієнту конкордації за методом Кенделла (W). Для визначення нормальності розподілу вибірки було використано критерій Шапіро-Уїлкі. Обрана вибірка не відповідала закону нормального розподілу, тому ми застосовували в роботі непараметричний T – критерій Вілкоксона – для залежних вибірок. При перевірці достовірності за основу були прийняті рівень надійності $p = 0,95$ якому відповідає рівень значущості $p = 0,05$.

2.2. Організація дослідження

Дослідження проводились у чотири етапи протягом 2016–2021 рр.

На першому етапі (2016–2017 рр.) проведені теоретичні дослідження, які дозволили встановити актуальність даної теми дослідження, виявити ступінь наукової новизни, визначити мету, завдання, об'єкт та предмет

дослідження, практичну та теоретичну значущість роботи, розробити програму дослідження та комплекс наукових методів.

На другому етапі (2017–2018 рр.) розроблена навчальна програма з карате для спортсменів з інвалідністю, що побудована на основі інклюзивного підходу. Протягом 2017–2018 рр. проведено два етапи педагогічного експерименту, в яких вивчався механізм вдосконалення навчально-тренувального процесу каратистів в умовах інклюзивних занять. На першому етапі експерименту були задіяні 10 спортсменів з інвалідністю, які спеціалізуються в карате. Вік досліджуваних – 14-20 років. Другий етап експерименту був спрямований на те, щоб перевірити вплив розробленої навчальної програми з карате на ефективність вдосконалення навчально-тренувального процесу в умовах інклюзивних тренувальних занять. В експерименті другого етапу дослідження взяли участь 10 спортсменів.

Крім цього було проведено опитування батьків дітей з інвалідністю (14 осіб), експертна оцінка (кількість експертів 10 осіб).

На третьому етапі (2018–2019 рр.) опрацьовані результати експерименту, проведений аналіз і оцінка результатів досліджень, сформувані висновки і наукові положення.

На четвертому етапі (2019–2021 рр.) оформленні результати дослідження, проведена апробація дисертаційної роботи та підготовка до офіційного захисту.

РОЗДІЛ 3

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ПОБУДОВИ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ В КАРАТЕ

3.1. Передумови становлення та розвитку карате для осіб з інвалідністю в світі та в Україні

Східні єдиноборства мають особливий характер, який дозволяє пізнати людину (її фізичні можливості, резерви психофункціональних систем), сформувати рівень гуманістичного світогляду. Тому, розглянемо карате як багатовікову систему виховання, формування гуманних ідей розвитку сучасного спорту та гуманізації суперництва. До сьогодні у країнах Сходу живі традиції бойових мистецтв, зараз вони стають надбанням і багатьох країн світу [2]. Східні системи виховання, і фізичного в тому числі, на відміну, наприклад, від західноєвропейських, у своїй основі зберегли давні коріння, вони досить стабільні і традиційні [143, 152]. Засновник карате і його класичного стилю Сьотокан – Гітін Фунакосі (1868 – 1957) є основоположником розвитку карате в Японії. Його діяльність визначила етапи становлення та розвитку карате в Японії (табл. 3.1).

Отже, суттєвою особливістю карате є його внутрішній зв'язок зі східною релігійно-філософською системою, яка значною мірою визначає культурні традиції Японії. Заснувавши карате у 1888 р., Гітін Фунакосі прагнув розвивати душу людини, підтримувати «чистоту духу» в карате в будь-якому віці і за будь-яких обставин, що доводять його фундаментальні праці і діяльність, яка була направлена на розробку навчальної програми на початку ХХ ст. та уніфікації методів навчання для широких верств населення.

Таблиця 3.1

Визначальні етапи у становленні і розвитку карате Сьотокан в Японії

Діяльність Гітіна Фунакосі та Масатосі Накаями	Рік	Етап
Проведення медичних, соціальних та педагогічних реформ уряду Японії. Початок практики вчителювання.	1888	Становлення
Введення карате в офіційну навчальну програму першої середньої школи і педагогічного училища. Набір перших класів учнів по карате.	1902	
Розробка Фунакосі теорії більш популярного в подальшому спортивного розділу карате.	1905 – 1912	
Вихід книги «Рюкю Кемпо Карате», що складалась з 5 розділів: «що таке карате», «цінність карате», «тренування і викладання», «організація карате», «основні принципи та ката». У додатку до книги були описані запобіжні заходи під час занять. Ця книга в світі бойових мистецтв дала новий виток розвитку карате.	1922	Розвиток
Відкриття свого залу в Токіо в Мейсей Джуку.	1923	
Зростання бажання суспільства займатися карате. Університет Кейо першим організував клуб карате для фізичного виховання студентів, після чого багато інших столичних університетів ввели цю дисципліну у себе.	1924	
Спроби виробити безпечні і придатні для навчання широких мас методики. Кенва Мабуні відкрив свою школу в Осаке (надалі засновник стилю Сіто-рю).	1926	
За підтримки національного комітету, був збудований перший зал карате та проведено перше спортивне (сіай) куміте за правилами «іппон-шобу».	1935	
Фунакосі з соратниками провели величезну роботу по уніфікації відкритих для широких мас методів навчання. Узагальнення цих, визнаних всіма методів, майстер відобразив у своїй новій книзі, яку всі фахівці використовували як підручник і керівництво до дії.	1936	
Створена Японська Асоціація карате (ЖКА), в яку війшли стилі Сьотокан, Годзю-рю, Сіто-рю та Вадо-рю.	1948	Сталий розвиток
Після підписання мирного договору між Японією і США Фунакосі здійснив тримісячне турне (з метою розповсюдити карате за межі Японії) по американських базах разом з Масатосі Накаймою.	1952	
ЖКА офіційно зареєстрована Міністерством освіти Японії.	1955	
Розроблена та прийнята Програма підготовки інструкторів ЖКА, задля розвитку стилю Сьотокан, стандартизації методів навчання і підготовки викладачів, а пізніше суддів.	1956	
Після смерті Гітіна Фунакосі (26 квітня 1957 р.) його наступником став Масатосі Накайма. В цей же рік пройшов I Національний Чемпіонат Японії по Карате-До.	1957	
Проведений перший офіційний міжнародний турнір ЖКА.	1973	
На конгресі ЖКА в США було офіційно проголошено про створення Всесвітньої федерації ЖКА (ЖКА/WF)	1994	

Основою для дослідження розвитку філософії єдиноборств в Європі послужили вчення філософів Конфуція («Лунь юй») і Лао-Цзи («Дао Де Цзін»). У розвитку теми єдиноборств широко використовуються загальні роботи в області буддизму (С. Глухов, А. Лукавенко, С. Усков [29], 2018 та ін.), даосизму (Г. Федотенко [132], 2017 та ін.), конфуціанства (О. Виноградов [27], 2017 та ін.), так як саме ці релігійні системи становлять філософську базу східних видів єдиноборств.

Європейські спортивні єдиноборства – прямі спадкоємці традиційних східних систем, але є вузькоспеціалізовані і не мають такої глибокої «духовної» філософської складової [2]. Так було не завжди. Ряд шкіл карате містив вельми складні філософські побудови. На даний момент європейські школи карате активно еволюціонують, розвиваються, знання систематизуються, поступово стають спортивними, що дає новий імпульс до розвитку. На жаль, в процесі цього розвитку, Європа втрачає філософську сторону єдиноборства. На Сході системи виховання в карате більш різноманітні, кожен може знайти потрібне саме йому: прикладний, спортивний, оздоровчий, філософський або релігійний аспекти виховання [59].

Єдиноборства в Європі ставлять перед собою мету оволодіти прийомами рукопашного бою для захисту від супротивника, перемогти на чемпіонаті Світу чи отримати спортивне звання. Це все є прикладним мистецтвом. Східні єдиноборства переступили поріг прикладного мистецтва і стали не тільки рукопашним боєм, але і філософією, заснованою на духовних і релігійних цінностях, на системі виховання, що ставить своєю метою одночасно і фізичний, і духовний розвиток людини [60]. Але, на жаль, ця складова карате залишилась тільки на Сході.

Розглядаючи історію карате у Європі (табл. 3.2), з'ясовано, що японське бойове мистецтво карате почало поширюватися в європейських країнах та Америці після закінчення Другої світової війни.

Таблиця 3.2

Хронологія розвитку карате на Європейському континенті

Рік	Визначні моменти розвитку карате	Етапи
1963	В Парижі відбувся I Європейський конгрес карате за участю представників Франції, Бельгії та Великобританії. На ньому обговорювалося становище карате в Європі та перспективи його розвитку, пропозиції щодо уніфікації правил змагань.	Розвиток
21.11.1965	III Європейський конгрес карате прийняв рішення про створення Європейського союзу карате (European Karate Union – EКУ). Його президентом був одногосно обраний Ж. Делькур.	
60-ті рр. XX ст.	Карате широко поширюється по всьому світу. Сьотокан є найбільш масовим стилем карате, його практикують багато мільйонів людей у всьому світі. Існує кілька всесвітніх федерацій, які розвивають стиль Сьотокан: JKA, JKS, WSKF, SKIF, JSKA, IKA та ін.	
7.05.1966	В Парижі пройшов перший в історії Чемпіонат Європи з карате, який відкрив низку щорічних європейських чемпіонатів.	
1970	Створення Всесвітнього союзу організацій карате (World Union of Karate Organizations – WUKO). Його президентом став президент Всеяпонської федерації карате-до Сасакава Реіті, а головою – Ж. Делькур. В цьому ж році в Токіо пройшов I Чемпіонат світу з карате, організований WUKO. Йому передував I Міжнародний конгрес WUKO.	Сталий розвиток
1985	WUKO був офіційно визнаний Міжнародним олімпійським комітетом (МОК) і розгорнув роботу з підготовки включення карате в число олімпійських видів спорту. Зміни в правилах змагань, покликані зробити їх більш видовищними, зрозумілими, а суддівство – більш об'єктивним, сприяли реорганізації WUKO і створенню в 1999 р. на його основі Всесвітньої федерації карате (WKF), яка в даний час включає федерації 174 країн.	

У Європі першими його пропагандистами були японські інструктори. Вони були готові навчати своєму мистецтву нових учнів, але не докладали жодних зусиль для створення, за прикладом інших видів спорту, національних і міжнародних організацій. Однак їхні європейські учні поступово приходили до розуміння необхідності цього.

Своїм найважливішим завданням керівництво WKF поставило включення спортивного карате в число олімпійських видів спорту. У серпні 2002 р. МОК висловив повне схвалення карате як виду спорту і WKF – як організації, що представляє його. Таким чином, спортивне карате версії WKF увійшло до числа видів спорту Ігор XXXII Олімпіади в Токіо (Японія) в 2021 р. [185].

Отже, в Європі карате є системою виховання спортсменів, яка має свої особливості. Карате WKF, федерація якого була створена у 1999 р., являє собою систему фізичного і спортивного виховання, направлену на спорт вищих досягнень. Водночас, JKA була заснована ще в Японії в 1948 р. і з самого початку була орієнтована на гармонійний розвиток індивіда, що включає не тільки фізичний розвиток, а моральний і духовний.

В Україні карате є відносно новим видом спорту, але воно має свої давні традиції, що прийшли з Окінави. Вчителі навчають своїх учнів не тільки прийомам самозахисту, але і вдосконалюють їх духовно і фізично [61, 153]. Багато тренерів України під час своєї роботи поєднують практику Сходу з практикою Заходу. Тому в Україні важливою складовою частиною тренувань є змагальний процес, під час якого проходить перевірка і тестування каратиста. Система тренувань в нашій країні розвивалася багато років, і напряду пов'язана з історією карате в Україні (табл. 3.3).

Таблиця 3.3

**Хронологія розвитку карате
в Українській радянській соціалістичній республіці**

Рік	Розвиток карате в Україні
Сер. 60-х рр.	Карате з'явилося у Радянському Союзі. В університетах почали відкриватися перші клуби з Сьотокан карате.

Продовження таблиці 3.3

1973	Уряд заборонив карате разом з іншими іноземними бойовими мистецтвами. Школи карате втратили міжнародні контакти. Це призвело до збільшення кількості шкіл карате.
Грудень 1978	Спорткомітет Радянського Союзу заснував Федерацію карате СРСР.
17.05.1984	Федерація карате СРСР була розформована і карате знову стало незаконним.
1988	Під жорстким контролем уряду практика карате законно відновилася
1991–1992	Незалежні школи карате знову почали своє функціонування.

Вже в незалежній Україні були сформовані національні федерації з різних стилів карате та почали проводитися національні турніри. Всеукраїнська громадська організація «Українська асоціація карате» (УАК) була створена в 2000 р. в м. Луцьк, завдяки спільним зусиллям фахівців і ентузіастів карате України та Японії. Були сформовані філіали в більшості областей України, щорічно організуються навчально-тренувальні семінари під керівництвом інструкторів світового класу, проводяться офіційні чемпіонати всіх рівнів. УАК отримала статус національної спортивної федерації з неолімпійського виду спорту «Карате ЖКА» у 2010 р. і підписала довгостроковий договір про співпрацю з Міністерством України у справах сім'ї, молоді та спорту. Разом з цим, у 2009 році було створено Українську федерацію карате (УФК), яка вже в 2012 році була визнана офіційним представником WKF в Україні [60].

Проте, як і в багатьох інших видах спорту, сьогодні у світовому карате розвивається багато версій і напрямів, які успішно конкурують між собою. УАК є офіційним представництвом ЖКА/WF. Асоціація веде активну роботу з

розвитку карате в Україні. В даний час в Україні можна виділити ще кілька напрямів, у тому числі фізкультурно-оздоровчий та спортивно-змагальний.

Слід сказати, що сьогодні карате Сьотокан в Україні розкололося на безліч федерацій, з практично повною відсутністю тієї складової, що засновник прагнув надати японському карате. Але, не дивлячись на це, школи карате в Україні залишаються вірні тим принципам гуманістичного виховання, що заклав Фунакосі. Тому, українці практикують спортивне карате з духовною складовою виховання (рис. 3.1). Це можна помітити, якщо порівняти системи розвитку японського та європейського карате.



Рис. 3.1 Загальна хронологія розвитку карате в Україні

Здійснимо порівняльний аналіз розвитку карате в Японії та країнах Європи, акцентуючи увагу на: хронологію виникнення та початок розвитку карате на територіях цих держав, появу карате, саме як навчальної дисципліни у закладах освіти різного рівня, написання та опублікування навчальної

літератури з карате, поширення виду спорту на території держави та за її межами (популяризація) та створення міжнародних організацій (федерацій, асоціацій) по розвитку карате в світі (табл. 3.4).

Таблиця 3.4

Порівняльна таблиця розвитку карате в Японії та на Європейському континенті

Критерій	Японія	Країни Європи
Дата виникнення	XIX ст., 1888 р.	XX ст., 1963 р.
Навчальна дисципліна	Після інспекції шкіл Окінави Фунакосі набрав перші свої класи учнів, що означало офіційне входження карате до навчальної програми.	На Європейському континенті такого досвіду не було.
Навчальна література	Книги, написані Гітіном Фунакосі, всі фахівці використовували в якості підручників.	Від початку розвитку карате в Європі використовувалися знання, які прийшли зі Сходу.
Популярність	Популяризація карате від Окінави до Японії призвела до появи нових стилів та відкриття нових шкіл.	Карате поширюється по всьому світу, існують кілька всесвітніх федерацій, які розвивають даний вид спорту.
Міжнародні організації	В Японії були створені організації по розвитку виду спорту, а пізніше і федерації, прикладом якої є JKA/WF.	Створення WUKO, WKF.

У результаті порівняльного аналізу розвитку карате в Японії та на Європейському континенті з'ясовано, що в Японії він був направлений на навчання та виховання, що здійснювалися переважно на території держави. В Європейських країнах основним завданням було створення міжнародних

організацій і проведення великих міжнародних турнірів вже на початковому етапі виникнення.

Що стосується України, то слід зазначити, що в нашій державі розвиток карате був побудований за принципом об'єднання найкращих традицій Японії та Європи. В Україні створювалися спортивні клуби, функціонувала федерація карате, проводилися змагання. Інформаційне забезпечення виду спорту запозичувалося в Японії, а досвід по проведенню змагань і керівництво видом спорту – в Європі. Це сприяло розвитку карате на високому рівні в сучасній Україні.

Крім розвитку спортивного карате, в Україні, активно розвивається – пара-карате. Розвитком цього виду спорту займається як УФК так і ЯАК. Ці дві організації мають різні підходи до побудови навчально-тренувального та змагального процесу, що зумовлено насамперед наявністю двох різних класифікацій спортсменів та двох різних правил змагань. Обидві організації в своїй діяльності при підготовці спортсменів використовують загальні (об'єднані) тренувальні заняття спортсменів з інвалідністю та практично здорових.

Дух бойових мистецтв об'єднує фізично здорових людей і тих, які мають інвалідність. У даний час суттєвого розвитку набуває карате для спортсменів з інвалідністю, яким можуть займатися практично всі нозологічні групи. Безконтактний і безпечний напрям карате – ката – дозволяє зміцнити не тільки здоров'я та фізичний розвиток, але і дух спортсмена. Ката в карате займає основне місце в системі підготовки каратистів усього світу і є ефективним при вирішенні освітніх, виховних завдань і фізичного розвитку. Як зазначає В. Заулошнов (2013), ката – це послідовність рухів, пов'язаних принципами ведення поєдинку з уявним супротивником або групою супротивників [40]. Це основи карате, в яких зустрічаються всі варіанти ударів і блоків руками і ногами, а також атакуючих і захисних дій. Аналіз наукових публікацій свідчить, що змагання з ката є однією з двох індивідуальних дисциплін на чемпіонатах з карате різного рівня та основною дисципліною для спортсменів з

інвалідністю [55]. Проаналізувавши програми змагань в карате, в яких можуть брати участь спортсмени з інвалідністю, слід зазначити, що візочникам та ампутантам доступним є лише ката.

Вперше методику карате для людей з вадами фізичного розвитку розробив учень Гітіна Фунакосі та Масатосі Накаями – Тетсухіко Асаї у 1980-х роках в Японії. Саме завдяки його впливу у всьому світі розвиваються системи карате для людей на візках. Карате для людей з інвалідністю засноване на показових програмах Асаї з ісудорі-карате (виконання технічних дій в положенні сидячи). Він демонстрував ці програми у 80-х роках ХХ ст. Вирішуючи питання захисту для людей, які не можуть використовувати ноги, Асаї почав розробляти доступний вид карате, для людей з інвалідністю. Його ідеї не знайшли застосування, але тепер, зі створенням Japan Karate Shoto Federation (JKS) (засновник – Тетсухіко Асаї), карате для людей з фізичними вадами почало активно впроваджуватися в соціальні програми. Це дозволяє всім людям, незалежно від фізичних недоліків, стати сильнішими фізично і духовно [59].

Для виконання формальних вправ на візках Асаї розробив 10 форм ката: Шорін-Дай, Шорін-Шо, Нірін-Дай, Нірін-Шо, Санрін-Дай, Санрін-Шо, Йонрін-Дай, Йонрін-Шо, Горін-Дай, Горін-Шо.

Сьогодні інструктори JKS викладають ці методи в центрах для людей з інвалідністю в Японії і по всьому світу. Дані методики використовуються не тільки для людей з інвалідністю, але й для реабілітації людей похилого віку і тих, які мають відхилення у стані здоров'я [148, 161].

Змагання в карате на візках дає можливість спілкування і спільних тренувань людей з різними можливостями. На початку ХХІ ст. пройшов Перший чемпіонат світу з карате для спортсменів з інвалідністю під егідою JKS. Змагання проходили в розділі «індивідуальне ката». Серед учасників були представники усіх континентів. Вперше спортсмени з вадами фізичного розвитку отримали можливість брати участь в одних змаганнях зі здоровими спортсменами. Після цього ідеї Асаї були активно підтримані суспільством, і

зараз ката на візках розвивається і популяризується вже WKF, яка є офіційною та визнаною МОК.

Сьогодні карате включено до програми літніх Ігор – 2021 у Токіо (Японія). Однією з умов включення виду спорту до програми Олімпійських ігор є можливість участі в ньому людей, які мають відхилення в стані здоров'я. Вид спорту повинен бути доступний всім, в тому числі і людям з інвалідністю, а не лише бути популярним у світі. В рамках цього було порушено питання про включення карате до програми Паралімпійських ігор [160]. Перші кроки на шляху до цієї мети були зроблені у 2009 р. в Баварії (Німеччина) з нагоди першого турніру з карате для людей з інвалідністю, коли президент Олімпійського комітету Німеччини і президент МОК Томас Бах з ентузіазмом поставилися до події і підтримали президента WKF Антоніо Еспіносу. З тих пір WKF розвивало даний напрям на чолі з колишнім Головою комітету карате для людей з інвалідністю WKF Вольфгангом Вейгертом. Перші демонстраційні змагання відбулися в рамках Чемпіонату Світу з карате 2012 р. (Париж). Вони мали великий успіх, після чого в 2014 р. відбувся перший Чемпіонат світу з карате для людей з інвалідністю на Чемпіонаті світу з карате в Бремені під егідою WKF [173]. Змагання відвідало багато почесних гостей, серед яких був спеціальний радник Генерального секретаря ООН з питань спорту Віллі Лемке. Після Бремена керівництво WKF підготувало заявку для МПК щодо включення карате до програми Паралімпійських ігор.

Наступним кроком до визнання карате був симпозіум, що проводиться Міжнародним університетом Будо в штаб-квартирі Japan Karate Federation (JKF), який пройшов 1 жовтня 2015 р. за підтримки WKF і JKF. Головною темою симпозіуму було включення карате до програми Паралімпійських ігор. Треба відзначити, що у JKF є досвід проведення Всеяпонського чемпіонату по карате-до для людей з інвалідністю; а під егідою WKF проводився Чемпіонат світу для цієї категорії осіб (табл. 3.5).

Таблиця 3.5

Ключові засади розвитку карате для осіб з інвалідністю

Засади	Характеристика
Становлення карате як системи захисту і нападу для осіб з інвалідністю	В стародавній Японії майстри карате розвивали майстерність, щоб мати можливість блокувати атаки і в невідповідних положеннях. Наприклад, коли людина сидить, її рухи до певної міри обмежені. Таким чином, можна стверджувати, що карате завжди було відкритою системою для осіб з інвалідністю.
Доступність інфраструктури на Чемпіонатах Європи та світу з карате для людей з інвалідністю	Навіть звичайні чемпіонати з карате були відкриті для осіб з інвалідністю, деякі з них показували відмінні результати.
Створення системи оцінювання спортсменів на Чемпіонатах світу по карате	Чемпіонати світу для людей з інвалідністю передбачають систему нарахування балів, розроблену відповідно до рівня інвалідності, що дозволяє справедливо оцінювати виступ спортсменів. Також є альтернативи для вдосконалення системи балів.
Інклюзивний характер розвитку карате	Карате – спорт, який може бути гарним засобом для зміцнення і відновлення здоров'я. Методики тренувань для спортсменів з інвалідністю підходять і для осіб, які не мають вад фізичного розвитку.

На закритті симпозіуму, підсумовуючи розглянуті питання, учасники зійшлися на думці: карате готове стати частиною і Паралімпійських ігор, і Олімпійських ігор. Крім цього, президент WKF Антоніо Еспіноса на робочій нараді висловив пропозицію затвердити офіційною назвою виду спорту

– «пара-карате», тим самим змінивши назву «карате для людей з інвалідністю». На це було кілька причин: термін «пара-карате» вже використовується багатьма країнами, в тому числі організаціями, що розвивають цей вид спорту, та МПК [181]

Таким чином, становлення та розвиток карате та пара-карате як в Світі так і в Україні має свою специфіку. Важливою відмінністю між Україною та Європейським континентом загалом є саме направленість на гуманістичну складову побудови навчально-тренувального процесу для спортсменів в карате.

3.2. Специфіка класифікації спортсменів з інвалідністю в карате WKF та JKS

Функціональна класифікація спортсменів з інвалідністю має важливе значення в адаптивному спорті. В Україні існують кваліфікаційні норми та вимоги Єдиної спортивної класифікації з видів спорту для людей з інвалідністю з ураженнями опорно-рухового апарату, порушеннями зору, слуху та вадами розумового та фізичного розвитку [53]. В них карате представлене тільки серед видів спорту для спортсменів з порушеннями слуху. Тоді як для спортсменів з ураженнями опорно-рухового апарату та вадами розумового та фізичного розвитку таких вимог не існує. Це зумовлено тим, що класифікація спортсменів з інвалідністю в карате на міжнародному рівні має складну і специфічну систему, яка допоки не унормована на національному рівні. В світовому пара-карате існує два типи класифікацій для спортсменів з ураженнями опорно-рухового апарату, в залежності від представництва федерації (версії) карате.

Перша неофіційна класифікація спортсменів з інвалідністю в карате була представлена федерацією JKS на початку XXI століття. Сьогодні карате для людей з інвалідністю вже розвивається і популяризується федерацією WKF, яка є офіційною та визнаною МОК. З 2016 р. карате включено до програми Ігор XXXII Олімпіади в Токіо (Японія) в 2021 р., що привело до зміни в правилах змагань з пара-карате та появи нової системи класифікації спортсменів задля включення в програму Паралімпійських ігор. Отже, поява нової системи

класифікації спортсменів з інвалідністю потребує детального вивчення для впровадження в практику карате на національному рівні.

Для того, щоб забезпечити справедливі змагання між спортсменами, які мають різні порушення і відхилення, в карате розроблено порядок розподілу спортсменів на класи за їх функціональними можливостями, що передбачає визначення рівня збереження рухових можливостей спортсменів. Функціональна класифікація ґрунтується на розподілі спортсменів на групи з урахуванням, перш за все, тих здібностей, які дозволяють їм змагатися в певній спортивній дисципліні [58]. Це означає, що спортсмени, які відносяться до різних нозологічних груп та мають різні медичні діагнози, можуть виявитися в одному функціональному класі, так як вони мають однакові (або схожі) функціональні можливості. Спортивний клас, до якого зараховуються спортсмени, може з часом змінюватися – залежно від того, покращився або погіршився їх функціональний стан. Так, у кожного із спортсменів, які прибули на змагання з карате, перевіряються класифікаційні документи, і ті спортсмени, які потребують перекласифікації, запрошуються на комісію, де міжнародні фахівці (класифікатори) або підтверджують наявний у спортсмена клас або присвоюють йому новий [53].

Необхідно зауважити, що класифікація спортсменів в пара-карате має свою специфіку. Аналізуючи програми змагань з карате, в яких беруть участь спортсмени з інвалідністю, та офіційні правила WKF, визначено важливі положення класифікації.

Класифікація спортсменів в карате за правилами WKF здійснюється за такими категоріями для спортсменів, які змагаються в ката [158, 179]:

1) Категорія «Розлади в аутичному спектрі»

- класифікація 101 – аутизм без фізичних проблем чи проблем з координацією, може розуміти комбінації на просунутому рівні;
- класифікація 102 – проблеми з координацією, низьке розуміння комбінацій.

2) Категорія «Ментальні порушення»

- класифікація 201 – важкість у навчанні (IQ між 75-50), може розуміти комбінації;
- класифікація 202 – важкість у навчанні (IQ між 50-35), менше розуміє комбінації;
- класифікація 203 – важкість у навчанні (IQ між 35-20), не розуміє комбінацій.

3) Категорія «Ураження опорно-рухового апарату»

- класифікація 301 – фізична інвалідність, хороша мобільність ніг і погана мобільність однієї руки, може розуміти комбінації;
- класифікація 302 – фізична інвалідність, використовує тільки ноги, неможливо використовувати руки під час виконання техніки карате, може розуміти комбінації;
- класифікація 303 – фізична інвалідність, хороша мобільність ніг, проблеми з координацією і балансом, може розуміти комбінації;
- класифікація 304 – фізична інвалідність, погана мобільність ніг, проблеми з ходьбою, може розуміти комбінації.

4) Категорія «Порушення зору»

- класифікація 401 – немає фізичних проблем або проблем з координацією, може розуміти комбінації, видимість починаючи з 2/10 і менше;
- класифікація 402 – легкі фізичні проблеми або проблеми з координацією, може розуміти комбінації, видимість починаючи з 2/10 і менше;
- класифікація 403 – більше фізичних проблем або проблеми з координацією, може розуміти комбінації, видимість починаючи з 2/10 і менше;
- класифікація 404 – ката зі зброєю: тонфа, бо, саї, нунчаки.

5) Категорія «Користувачі інвалідного візка»

- класифікація 501 – ручне керування візком, добрий чи ідеальний контроль над тілом, порушення зору та інтелекту відсутні;

– класифікація 502 – ручне керування візком, контроль над тілом порушений, чисте виконання техніки, не чітке використання однієї кисті або руки, порушення зору, порушення інтелекту IQ не менше 50;

– класифікація 503 – ручне керування візком, контроль над тілом з великим відхиленням, виконання техніки не чисте, неможливість використання однієї руки, порушення зору, порушення інтелекту IQ не менше 50 [179].

Система класифікації WKF полягає в тому, що спортсмени мають право на участь у змаганнях, якщо вони класифікуються відповідно до МКХ-10 (табл. 3.6) і МКФ (табл. 3.7), що визнані стандартним діагностичним інструментом ВООЗ на міжнародному рівні.

Таблиця 3.6

Класифікація спортсменів з інвалідністю в карате WKF за МКХ-10

Категорія спортсменів	Класифікація за МКХ-10:	
Спортсмени, які використовують візок	S 14	травма спинного мозку на рівні ший;
	S 24	травма спинного мозку на рівні грудної клітини;
	S 34	травма поперекового відділу спинного мозку на рівні живота, нижньої частини спини і тазу;
	T 05	травматична ампутація за участю декількох областей тіла;
	T 05.3	травматична ампутація обох стоп;
	T 05.4	травматична ампутація однієї ступні і іншої ноги;
	T 05.5	травматична ампутація обох ніг.
Спортсмени з вадами зору	H 53	візуальні порушення;
	H 54	порушення зору, включаючи сліпоту (бінокулярну або монокулярну);
	H 54.0	сліпота, бінокляр (на обох очах);
	H 54.1	тяжке порушення зору, бінокулярне;
	H 54.2	помірне порушення зору, бінокулярне;
	H 54.4	сліпота, монокуляр (на одному оці);
	H 54.5	серйозне порушення зору, монокулярне;
	H 54.6	помірне порушення зору, монокулярне.

Продовження таблиці 3.6

Спортсмени, які мають відхилення розумового розвитку	F 70	незначне відхилення (IQ 50-69);
	F 71	помірне відхилення (IQ 35-49);
	F 81	розлад розвитку по академічним навичкам;
	F 82	порушення розвитку моторної функції;
	F 90	гіперкінетичні розлади;
	Q 90	Синдром Дауна

Таблиця 3.7

**Класифікація спортсменів з інвалідністю в карате WKF за МКФ
(версія МКФ 2005):**

Група	Критерії оцінювання	
B	характеристика функцій тіла;	
S	характеристика структури тіла;	
E	характеристика факторів навколишнього середовища;	
D	характеристика видів діяльності та/або участі:	
	d 1 навчання і застосування знань:	
	d 110	використання зору;
	d 115	використання слуху;
	d 130	копіювання;
	d 155	навчання практичним навичкам;
	d 160	концентрація уваги.
	d 2 завдання і вимоги:	
	d 220	виконання багатопланових завдань;
	d 240	подолання стресу та інших психологічних навантажень.
	d 4 мобільність:	
	d 450	ходьба;
	d 455	пересування іншим способом.

Продовження таблиці 3.7

d 5 самообслуговування: діяльність в повсякденному житті (одягання, вживання їжі, особиста гігієна) загальна оцінка;
d 6 побутове життя: придбання предметів першої необхідності

Безпосередньо під час змагань проводиться додаткове тестування призначеними експертами МКФ. Варто відзначити, що національний тренер повинен постійно перебувати зі спортсменами під час проходження комісії [179].

Для участі спортсменів у змаганнях, національні федерації повинні включити в онлайн-систему реєстрації WKF медичні довідки спортсменів, а також необхідні терапевтичні застосування, схвалені відповідною національною антидопінговою організацією [179].

Рівень інвалідності в кожній категорії відзначений наступними кольорами: червоним, жовтим, зеленим і синім (рис. 3.2).

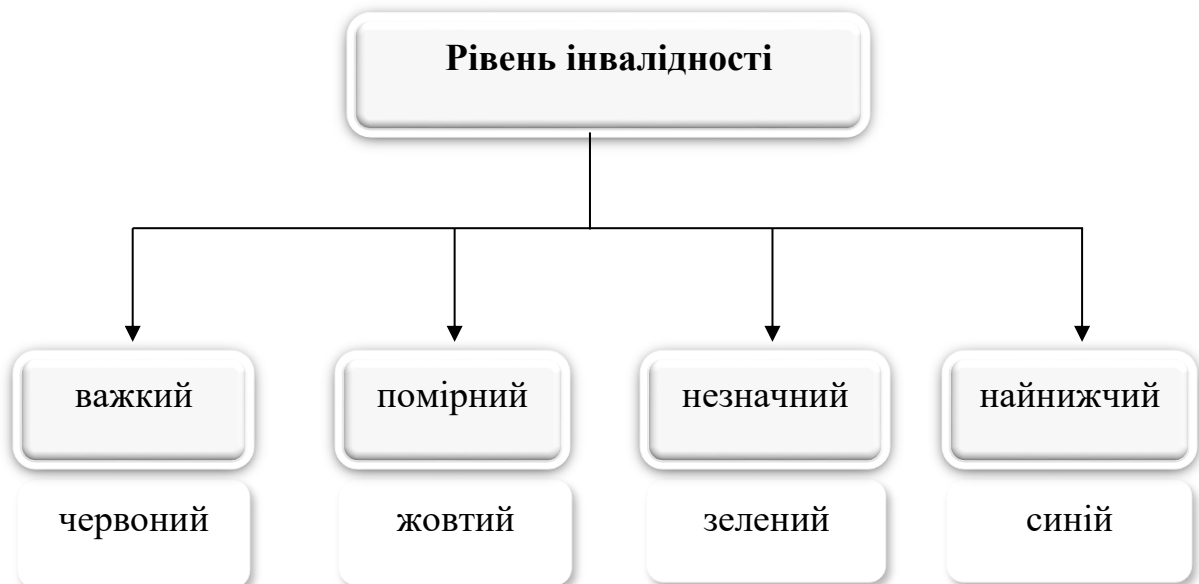


Рис.3.2 Категорії рівнів інвалідності

Крім процедури класифікації, спортсмени з інвалідністю в карате проходять процедуру перекласифікації. Офіційний класифікатор або лікар WKF може перекласифікувати спортсменів в будь-який момент під час змагань.

У разі перекласифікації спортсмена під час змагань через скарги або за рішенням класифікатора, додаткові бали, отримані на змаганні, будуть додані до тих, які відповідають новій оцінці, зробленій офіційним класифікатором WKF. Якщо з'ясується, що спортсмен навмисно сказав неправду класифікатору, він отримує дискваліфікацію [179].

Виступи по ката в карате WKF оцінюються за допомогою точної системи балів. У змаганнях людей з інвалідністю існує система додаткових балів. Після класифікації ступеня інвалідності по МКХ, МКФ та додаткового розгляду до оцінки рефері сумуються додаткові бали відповідно до ступеня інвалідності:

- червоний рівень: 3 додаткових бали;
- жовтий рівень: 2 додаткових бали;
- зелений рівень: 1 додатковий бал;
- синій рівень: 0 додаткових балів.

На татамі працює сім суддів, які оцінюють ката з урахуванням двох критеріїв, відповідно до системи очок: техніка виконання та оцінка демонстрації ката. Середній бал у першому колі – 7.0, у фіналі – 8.0. При розрахунку остаточного балу за виконання ката найвищий і найнижчий бал з двох оцінок не враховується [179].

Окрім представленої вище класифікації спортсменів з інвалідністю в карате WKF існує інша система класифікації, яка використовується у змаганнях з карате за версією JKS.

Класифікація спортсменів в пара-карате за правилами JKS представлена такими групами:

- спортсмени, які використовують візок;
 - спортсмени з ампутаціями кінцівок;
 - спортсмени, з вадами розумового та фізичного розвитку:
- група 1: A2+A4;
- група 2: A6+A7+A8;
- група 3: A9;

– спортсмени з ДЦП:

C7+C8 [146].

Отже, залежно від спортивної дисципліни в карате існує від 4 до 8 категорій спортсменів. Класифікуються вони відповідно до конкретних вимог спортивної дисципліни.

Таким чином, в карате використовується дві різні функціональні класифікації. Кожна з яких побудована на основі медичної класифікації спортсменів. Відносно нова система класифікації, що створена WKF, має відмінності від системи класифікації JKS, так як за рахунок збільшення кількості класів має більшу кількість категорій спортсменів-учасників та краще враховує індивідуальні особливості кожного спортсмена.

3.3. Педагогічні умови формування гуманістичного світогляду у спортсменів з інвалідністю, які тренуються в карате

Для обґрунтування педагогічних умов формування гуманістичного світогляду у каратистів проведено експертне оцінювання. Експерти були залучені для визначення критеріїв гуманістичного виховання, які повинні лягти в основу формування тренувального процесу спортсменів з інвалідністю в карате.

Серед експертів були: тренери з карате (в т.ч. пара-карате), науково-педагогічні працівники ЗВО спортивного профілю, провідні фахівці сфери фізичної культури та спорту та ін.

Експертам було запропоновано визначити тип тренера, який найбільш характерний для карате; виявити запити, яким повинен відповідати тренер, щоб досягти значних результатів у підготовці і вихованні своїх спортсменів; виокремити принципи гуманістичного виховання в карате, а також головні показники мотиваційного, когнітивного та діяльнісного критеріїв гуманістичного виховання каратистів.

Набір вмінь і людських якостей, якими необхідно володіти тренеру дуже різноманітний.

Тренер – це і психолог, і педагог, і адміністратор, і дипломат (Н Пурахін, 2013). Найбільш поширенішими типами тренерів є [123]:

- тренер-ерудит – людина, яка слідкує за досягненнями сучасної науки і техніки, досконало знає свій вид спорту, постійно займається самоосвітою;
- тренер-режисер – людина, яка у своїй діяльності виходить за рамки спортивних змагань та стає образом поведінки спортсмена;
- тренер-дослідник – людина, яка вивчає та аналізує процес тренерської діяльності, створює свої моделі та принципи навчально-тренувальної роботи;
- тренер-скульптор – людина, робота якої близька до роботи скульптора. Вона виправляє вправи рукою, заставляє повторювати все в повільному темпі, і знаходить помилку. Сміливо експериментує з об'ємом вправ і т.д.;
- тренер-нянька – людина, яка гіперопікується над своїми вихованцями. Для неї спортсмен є членом сім'ї, вона виховує своїх учнів суворо, але з внутрішньою любов'ю і незмінною симпатією;
- тренер-шукач істини – енергійний, скромний та наполегливий, до кінця життя веде своїх учнів по всіх сходинках майстерності;
- тренер-психолог – в процесі виховання спортсменів виявляє комплекс їх психічних якостей і особливостей, від яких залежить спортивне майбутнє;
- тренер-диктатор – часто буває грубим, несправедливим, його багато що виводить з себе, особливо байдужість деяких оточуючих [123].

Тип тренера знаходить своє відображення в образі професійної діяльності (рис. 3.3).

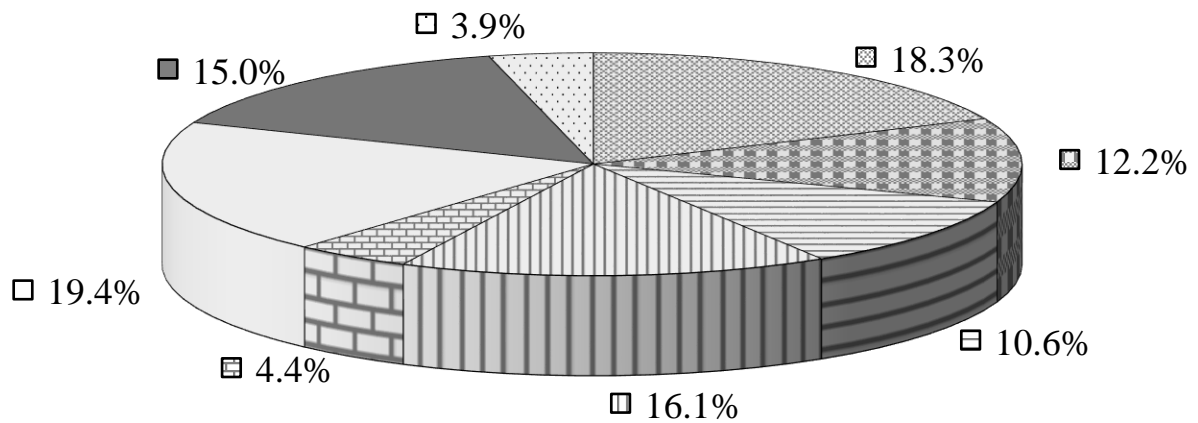


Рис. 3.3 Типи тренерів, які є характерними для східних єдиноборств (за результатами анкетування, n=10), %:

- | | | |
|--------------------|-------------------|-----------------------|
| ■ тренер-ерудит | ■ тренер-режисер | ▣ тренер-дослідник |
| ▣ тренер-скульптор | ▣ тренер-нянька | □ тренер-шукач істини |
| ■ тренер-психолог | □ тренер-диктатор | |

Результати анкетування свідчать про те, що для гуманістичного виховання спортсменів з інвалідністю в карате необхідна наявність таких типів тренерів як: тренер-шукач істини, тренер-ерудит чи тренер-психолог. І навпаки, недоречним вважається наявність типу: тренер-диктатор чи тренер-нянька.

Це пояснюється тим, що карате, жорсткий вид спорту, який, в першу чергу, потребує дисципліни та вимагає від спортсмена і тренера повної взаємодії і самовіддачі. Так і в пара-карате – першочергова задача тренера знайти спільну мову з вихованцями. Саме тому, при роботі зі спортсменами з інвалідністю необхідні знання не тільки анатомії та фізіології, але і психології та педагогіки.

Також експертами визначено головні принципи гуманістичного виховання в карате, які мають наступну ієрархію (рис. 3.4).

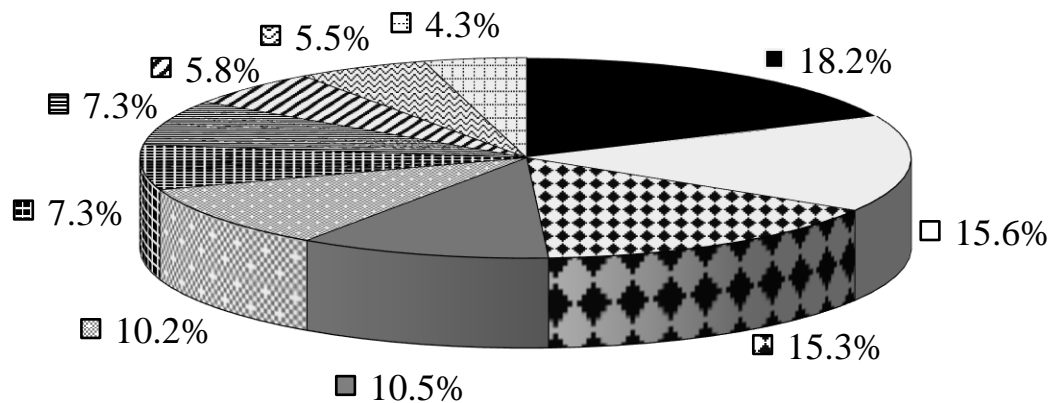


Рис. 3.4 Пріоритетність принципів гуманістичного виховання в карате (за результатами анкетування, n=10), %:

- У карате все починається з ритуалу і завершується ритуалом
- У карате намагає першої атаки
- ▣ Важлива не стільки техніка, скільки досконалість розуму
- ▤ Не думай про карате тільки в "додзьо"
- ▥ Карате є запорука справедливості
- ▧ Неуважність і недбалість призводять до невдач
- ▨ Дій відповідно до дій супротивника
- ▩ Ніколи не забувай про свої сильні і слабкі сторони
- Не думай про перемогу, думай про те щоб не зазнати поразки
- Постійно відточуй свій розум

Більшість експертів вважають, що головний принцип виховання в карате сформульований: «В карате все починається з ритуалу і завершується ритуалом». Карате починається з етикету і закінчується етикетом. На заняттях карате існує певний ритуал початку й закінчення занять, відносин між вчителем і учнями. Мета цього ритуалу – продемонструвати повагу до свого вчителя і засновника стилю, а також до товаришів, разом з якими ти займаєшся. Експерти обґрунтовують це тим, що ритуал починається з першого кроку в зал, зробивши який каратист повинен виконати уклін, демонструючи повагу до місця занять і

до всіх, хто тут займається. Теж саме він виконує по закінченню занять перед виходом із зали, демонструючи вже знак подяки за отримані знання. Саме з цього починається повага. Повага до вчителя, який передає знання, повага до занять – ставленням навіть до дрібниць відзначається серйозністю занять, повагою до самого себе. Більш важливим цей принцип є під час інклюзивних занять, які саме і навчають взаємоповазі в першу чергу.

Основні показники критеріїв сформованості гуманістичного виховання (мотиваційного, когнітивного та діяльнісного) експерти визначали, керуючись власним досвідом професійної діяльності (тренерська діяльність у спортивних клубах тощо).

Для визначення основних показників, які характеризують мотиваційний критерій сформованості гуманістичного виховання спортсменів, експертам запропоновано наступні твердження (табл. 3.8):

- 1) особистісна (індивідуальна) спрямованість спортсменів;
- 2) зацікавленість у подальшому спортивному розвитку;
- 3) позитивне ставлення до процесу навчання;
- 4) активне засвоєння знань;
- 5) направленість на отримання найбільших спортивних нагород у світі карате.

Таблиця 3.8

Основні показники мотиваційного критерію гуманістичного виховання

Розрахунок статистичних показників	Номер твердження				
	1	2	3	4	5
Місце твердження у рейтингу	2	3	4	4	1
Сума рангів $\sum_{i=1}^m x_i$	42	35	15	15	43
Відхилення від середньої суми рангів $\left(\sum_{i=1}^m x_i\right) - \bar{x}$	12	5	-15	-15	13
Квадрат відхилення $\left(\left(\sum_{i=1}^m x_i\right) - \bar{x}\right)^2$	144	25	225	225	169

Визначено ступінь узгодженості думок експертів за коефіцієнтом конкордації $W=0,788$ та χ^2 критерію = 31,52 (при $p < 0,01$), що свідчить про високий ступінь узгодженості експертів.

Таким чином, можна вважати, що думки експертів щодо основних показників, які характеризують мотиваційний критерій сформованості гуманістичного виховання спортсменів цілком узгоджені.

За даними експертів, найбільш вагомими показниками серед мотиваційних є: направленість на отримання найбільших спортивних нагород у світі карате, особистісна (індивідуальна) спрямованість спортсменів та їх зацікавленість у подальшому спортивному розвитку. Це обумовлено тим, що в карате одним з головних факторів виду спорту є індивідуальна змагальна діяльність.

Щоб визначити основні показники когнітивного критерію сформованості гуманістичного виховання спортсменів, експертам були запропоновані наступні варіанти (табл. 3.9):

- 1) відвідування теоретичних занять з карате;
- 2) уміння працювати з літературою та відео- матеріалами;
- 3) якість знань професійної термінології та вміння її розуміти і швидко виконувати команди тренера;
- 4) успішність спортсменів під час здачі на пояс;
- 5) успішність спортсменів під час виступів на змаганнях.

Визначено ступінь узгодженості думок експертів за коефіцієнтом конкордації $W=0,784$ та χ^2 критерію = 31,36 (при $p < 0,01$), що свідчить про високий ступінь узгодженості експертів.

Таблиця 3.9

Основні показники когнітивного критерію гуманістичного виховання

Розрахунок статистичних показників	Номер твердження				
	1	2	3	4	5
Місце твердження у рейтингу	1	2	3	4	4

Продовження таблиці 3.9

Сума рангів $\sum_{i=1}^m x_i$	48	38	32	16	16
Відхилення від середньої суми рангів $\left(\sum_{i=1}^m x_i\right) - \bar{x}$	18	8	2	-14	-14
Квадрат відхилення $\left(\left(\sum_{i=1}^m x_i\right) - \bar{x}\right)^2$	324	64	4	196	196

Таким чином, можна вважати, що думки експертів щодо основних показників, які характеризують когнітивний критерій сформованості гуманістичного виховання спортсменів цілком узгоджені.

Найбільш вагомими для виявлення когнітивного критерію сформованості гуманістичного виховання показниками визначені: відвідування теоретичних занять з карате, вміння працювати з літературою та відео- матеріалами та якість знань професійної термінології та вміння її розуміти і швидко виконувати команди тренера. Це обумовлено тим, що в карате навчання і виховання може бути ефективним тільки за наявності двох сторін підготовки: практичної та теоретичної.

Для того, щоб визначити основні показники, які характеризують діяльнісний критерій сформованості гуманістичного виховання спортсменів, експерти мали визначити найбільш вагомі твердження з наступних:

- 1) зовнішній вигляд, культура поведінки в закладах освіти та за його межами;
- 2) самостійність у всіх видах діяльності;
- 3) сформованість наукового світогляду, національної самосвідомості;
- 4) інтерес до національної та світової культур;
- 5) фізичне здоров'я, мотивація до занять фізичною культурою і спортом;
- 6) формування всебічно й гармонійно розвиненої особистості, з високою духовністю, чіткими життєвими орієнтирами, позитивним ставленням

до оточення і до самого себе, спроможної самоактуалізуватися у спортивному і особистому житті.

Відповідно до думки експертів (табл. 3.10), визначено, що головними показниками діяльнісного критерію сформованості гуманістичного виховання є: формування всебічно й гармонійно розвиненої особистості з високою духовністю, чіткими життєвими орієнтирами, позитивним ставленням до оточення і до самого себе, спроможної самоактуалізуватися у спортивному і особистому житті, самостійність у всіх видах діяльності та фізичне здоров'я, мотивація до занять фізичною культурою і спортом.

Таблиця 3.10

Основні показники діяльнісного критерію гуманістичного виховання

Розрахунок статистичних показників	Номер твердження					
	1	2	3	4	5	6
Місце твердження у рейтингу	3	1	4	5	2	1
Сума рангів $\sum_{i=1}^m x_i$	26	52	24	10	46	52
Відхилення від середньої суми рангів $\left(\sum_{i=1}^m x_i\right) - \bar{x}$	-9	17	-11	-25	11	17
Квадрат відхилення $\left(\left(\sum_{i=1}^m x_i\right) - \bar{x}\right)^2$	81	289	121	625	121	289

Визначено ступінь узгодженості думок експертів за коефіцієнтом конкордації $W=0,872$ та χ^2 критерію = 43,6 (при $p < 0,01$), що свідчить про високий ступінь узгодженості експертів.

Таким чином, можна вважати, що думки експертів щодо основних показників, які характеризують діяльнісний критерій сформованості гуманістичного виховання спортсменів цілком узгоджені.

Отже, дієвим інструментом для запровадження гуманістичного виховання каратистів є введення у тренувальний процес педагогічних умов, направлених

на формування визначених показників мотиваційного, когнітивного та діяльнісного критеріїв (табл. 3.11).

Таблиця 3.11

Головні показники критеріїв гуманістичного виховання в карате

Критерій	Показник	Зміст
Мотиваційний	<ul style="list-style-type: none"> – направленість на отримання найбільших спортивних нагород у світі карате; – особистісна (індивідуальна) спрямованість спортсменів; – зацікавленість у подальшому спортивному розвитку 	Спортсменів найкраще мотивує те, коли вони розуміють, що працюють на отримання нагород, на спортивний розвиток у подальшій спортивній кар'єрі, і на вдосконалення як своєї індивідуальності, так і образу спортсмена високого класу.
Когнітивний	<ul style="list-style-type: none"> – відвідування теоретичних занять з карате; – уміння працювати з літературою та відео-матеріалами; – якість знань професійної термінології та вміння її розуміти і швидко виконувати команди тренера 	Найкращим для формування гуманістичної направленості виховання в карате є поєднання практичних занять з теорією карате, яка є необхідною для досконалого вивчення бойових мистецтв, зацікавленість професійною літературою спортивних єдиноборств.
Діяльнісний	<ul style="list-style-type: none"> – формування всебічно й гармонійно розвиненої особистості, з високою духовністю, чіткими життєвими орієнтирами, позитивним ставленням до оточення і до самого себе, спроможної само актуалізуватися у спортивному і особистому житті; – самостійність у всіх видах діяльності; – фізичне здоров'я, мотивація до занять фізичною культурою і спортом 	Для ефективного виховання спортсменів у душі гуманізму, їх варто привчати до самостійності у своїх ідеях, переконаннях та діях, показувати їм, що заняття фізичною культурою та спортом формують здорову особистість, яка є високорозвиненим індивідуумом, зі своїм розумінням духовності, правильності та працьовитості; готова до тяжкої праці задля самовиховання, саморозвитку та само актуалізації.

Отримані результати дають можливість зробити висновок, що гуманістичне виховання може бути ефективним за умови запровадження критеріїв виховання (мотиваційного, когнітивного та діяльнісного) та їх показників у навчально-тренувальний процес спортсменів з інвалідністю.

За результатами експертного опитування фахівців сфери фізичної культури та спорту, визначені педагогічні умови формування гуманістичного світогляду спортсменів, а також шляхи їх впровадження (табл. 3.12).

Таблиця 3.12

Педагогічні умови формування гуманістичного світогляду спортсменів

Критерії	Педагогічні умови	Шляхи впровадження
Мотиваційний	Система заохочень і штрафів	Введення даної системи в правила змагань, в статуті клубу і федерації.
	Показові виступи	Проведення заходів під час офіційних частин змагань та у закладах освіти під час спортивних свят.
	Спортивні табори	Організація літніх інклюзивних «таборів» для заохочення спортсменів до спілкування з однолітками на теми, які запропонує тренер у вигляді гри.
Когнітивний	Теоретичні заняття	Збільшення в програмі з карате годин, які б присвячувалися саме теоретичним заняттям зі спортсменами.
	Товариські поєдинки	Проведення зустрічей не рідше ніж 3 рази в рік допоможе спортсменам здобути нові знання, як в спортивному аспекті, так і в гуманістичному.

Продовження таблиці 3.12

	Спільні тренування з іншими клубами	На спільних тренуваннях спортсмени зможуть взяти приклад зі спортсменів іншого клубу і показати свій рівень виховання (у спілкуванні з тренером іншого клубу та зі спортсменами з різним рівнем здоров'я).
Діяльнісний	Популяризація виду спорту	Розкриття ідеології, філософії сходу, принципів виховання Гітіна Фунакосі серед батьків та людей, які ще не мають відношення до карате.
	Батьківський комітет	Створення задля організації дітям спортивних виїздів, оздоровчо-рекреаційних заходів та культурно-масових заходів.
	Практичні семінари з майстрами карате	Спортсмени на даних семінарах мають можливість отримати нові знання з виду спорту, взяти приклад з майстрів і змінити для себе ідеологію виду спорту, поставивши нову мету та завдання (при знайомстві з майстром, а особливо, якщо він з Японії).

Проведений аналіз змісту, форм і специфіки організації занять карате, на підставі опитування тренерів спортивних секцій дозволив обґрунтувати питання, що пов'язані з формуванням гуманістичного світогляду спортсменів, через проведення теоретичних занять в секції, формулювання правильних (коректних) установ перед участю у змаганнях та розвиток мотиваційної готовності до навчання.

Висновки до розділу 3

1. Розвиток карате розпочався з Окінави та продовжився в Японії, а пізніше вже і на Європейському континенті. В Європі достатньо швидко були створені міжнародні спортивні структури. Проте, становлення карате в Україні мало свої особливості і залежало від історичних умов розвитку країни. В українській спортивній практиці поєднані японські традиції карате та європейське прагнення до участі у змаганнях.

2. У більшості видів спорту, що мають статус паролімпійських, розроблені власні функціональні класифікації, які спираються на загальноприйняту медичну класифікацію. Такі класифікації використовуються і в карате. Важливо зауважити, що в карате існує дві принципово різні класифікації для спортсменів, які застосовуються у різних змаганнях. Відносно нова система класифікації, створена WKF, суттєво відрізняється від системи класифікації JKS, так як за рахунок збільшення кількості класів є більш об'ємною і надає можливість більш чітко та якісно розподілити спортсменів на змагальні групи з урахуванням їх збережених функціональних можливостей.

3. З метою обґрунтування педагогічних умов формування гуманістичного світогляду у каратистів експертами визначено критерії гуманістичного виховання, які складають основу формування тренувального процесу спортсменів. За результатами дослідження, визначено, що гуманістичне виховання буде ефективним, в тому випадку, коли беруться до уваги критерії виховання (мотиваційний, когнітивний та діяльнісний) з виділенням основних показників. З метою обґрунтування шляхів гуманістичного світогляду у каратистів було проведено опитування серед тренерів, які мають досвід роботи і можуть допомогти впровадити у практику педагогічні умови, які були визначені у ході попередніх досліджень. На підставі відповідей тренерів щодо аналізу питань специфіки організації занять з карате, було визначено, що формування гуманістичного світогляду спортсменів найкраще здійснювати через проведення теоретичних занять в секції, формулювання правильних

(коректних) установ перед участю у змаганнях та розвиток мотиваційної готовності до навчання.

Результати дослідження викладені у цьому розділі представлено у наукових працях [53, 58, 59, 60, 61].

РОЗДІЛ 4
РЕАЛІЗАЦІЯ ІНКЛЮЗИВНОГО ПІДХОДУ В ПОБУДОВІ НАВЧАЛЬНО-
ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ В КАРАТЕ
ДЛЯ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ ЗАДЛЯ ЇХ СОЦІАЛІЗАЦІЇ
ТА ГУМАНІЗАЦІЇ СУСПІЛЬСТВА

4.1. Специфіка інклюзивного підходу до навчально-тренувального процесу в карате та його методичне забезпечення

Навчально-тренувальний процес в карате, що побудований на застосуванні інклюзивного підходу, має свою складну і розгалужену систему методів і засобів та залежить від багатьох факторів, таких як програма змагань, мета та завдання тренування, рівень кваліфікації спортсмена, спортивна класифікація (нозологічна група) та ін. Побудова тренування (принципи, методи, засоби) та спортивні навантаження різняться в залежності від програми змагань в карате. Зокрема в ката методика підготовки спортсменів з інвалідністю розробляється, ґрунтуючись на знаннях спеціалістів з реабілітації, лікарів та тренерів з карате. Відповідно до діагнозу та специфіки захворювання спортсменів засоби та методи підготовки постійно доповнюються та змінюються. Аналіз літератури, узагальнення власного досвіду та експертне опитування спеціалістів сфери фізичної культури та спорту дозволили виявити базові положення організації тренувального процесу: структуру, тривалість, періодичність занять та етапи підготовки спортсменів [15, 35, 163, 164].

Структура тренувального заняття для спортсменів з інвалідністю в ката поділяється на 5 частин: розминка, технічна підготовка (відпрацювання ударів, блоків, переходів від однієї позиції до іншої), вправи на гнучкість (відновлення та зміцнення стабілізуючих м'язів спини, м'язів бокової і задньої стінки живота, широких і довгих м'язів черевної стінки та м'язів верхніх кінцівок), вправи на координацію (корекція порушень координації рухів при різних ураженнях) та дихальні вправи (техніка правильного дихання та контроль напруження м'язів під час виконання вправ) (рис. 4.1).

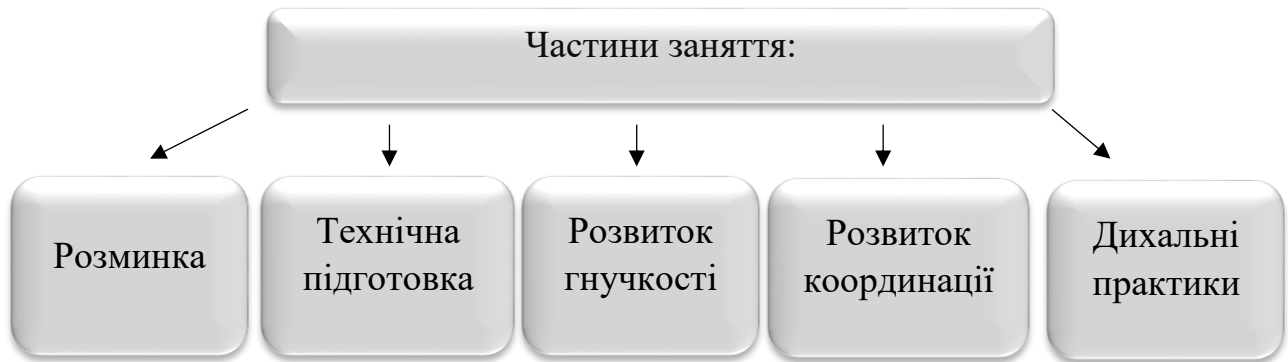


Рис. 4.1 Структура інклюзивного тренувального заняття в карате

Структура інклюзивного тренувального заняття в карате має свою специфіку і відрізняється від звичайних тренувань. Це, насамперед, залежить від нозології та рівня фізичної та технічної підготовки. Важливою особливістю структури тренувального заняття в карате є те, що в ній завжди присутні дихальні практики, розвиток координації та розвиток гнучкості, що пов'язано з необхідністю постійної підтримки та покращення рівня існуючого здоров'я [147].

Загальноприйнята структура тренувального заняття в спортивному карате залежить від виду програми, до якої готуються спортсмени – ката чи куміте. В спортивному карате при підготовці до розділу куміте додається тактична підготовка. Під час підготовки до виступів у розділі ката та куміте такі структурні частини тренувального заняття як розвиток гнучкості та розвиток координації поєднуються в один з розділів – загальна фізична підготовка та спеціальна фізична підготовка.

Отже, можна сказати, що структура інклюзивного тренувального заняття в карате є сталою і не змінюється. Це є особливою відмінністю навчально-тренувальних занять спортсменів з інвалідністю та практично здорових.

Тривалість та періодичність тренування – 1,5–2 години два рази на тиждень. Для успішного виступу в даному розділі програми змагань спортсмени з інвалідністю проходять три етапи підготовки: психологічний (дихальні практики), технічний (кіхон, ката), фізичний (розвиток рухових

якостей). Також при підготовці необхідно враховувати індивідуальні особливості спортсмена (фізіологічні і темперамент).

Важливо зауважити, що на змаганнях високого рівня спортсмени з інвалідністю з першого виходу на татамі виконують ката рівня 1-го Дану і вище. Тому знання цих ката є необхідним для успішних виступів на змаганнях. Практикуючи ката, спортсмени з інвалідністю вивчають та тренують ритм, координацію, баланс, принципи застосування сили, велику кількість технічних прийомів для самозахисту і самодисципліни. Виконання ката сприяє розвитку почуття простору, дозволяє поліпшити бічний зір, шліфує базову техніку, а також впливає на рівень психологічної підготовки.

Аналіз практичного досвіду навчально-тренувальної роботи в карате та наукове обґрунтування результатів досліджень в сфері адаптивної фізичної культури вітчизняних та зарубіжних спеціалістів дозволив описати основні теоретико-методичні засади та положення підготовки спортсменів з інвалідністю [174, 177, 178]. Розроблена навчальна програма «Карате – тренуємося разом» враховує особливості людей з ураженнями опорно-рухового апарату, вадами розумового та фізичного розвитку і має таку структуру: фізкультурно-реабілітаційна підготовка та початкова підготовка [91].

Програма розрахована на 2 роки навчання (144 години на рік: 2 заняття в тиждень по 2 години) та створена на основі навчально-тренувальної програми WKF для дитячо-юнацьких спортивних шкіл (2014 рік). Специфіка розробленої програми з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку полягає у впровадженні спільного навчально-тренувального процесу спортсменів віком від 14 до 18 років з інвалідністю та тих, що не мають вад розвитку.

До тренувальних занять допускаються спортсмени, які не мають медичних протипоказань, мають медичну довідку про стан здоров'я від лікарів (педіатра та лікаря з лікувальної фізкультури і спортивної медицини), а також мають індивідуальну програму реабілітації (ІПР) з дозволом на заняття карате.

Загальними принципами організації навчально-виховного процесу за даною програмою є індивідуальний підхід, послідовність і поступовість

викладення матеріалу. Методи, що використовуються на заняттях, залежать від складності поставлених завдань та індивідуальних особливостей спортсменів. Найчастіше – це словесні, наочні, практичні, активні, які сприяють створенню позитивного емоційного клімату в групі і формуванню стійкого інтересу до занять карате.

Зміст програми першого року навчання передбачає вивчення теоретичних знань з психології спілкування, комунікативно-психологічних особливостей взаємодії практично здорових людей з особами з інвалідністю; вивчення етикету в карате та основних технік дихання, підвищення рівня загальної, спеціальної та технічної підготовки в карате.

Теоретична частина програми першого року навчання включає наступні підрозділи: доступність інклюзивного спорту для дорослих та дітей, психологія спілкування з людьми з інвалідністю, етикет в карате (правила поведінки в залі та на заняттях загалом), класифікація основних рухових якостей, вибір спортивної спеціалізації в карате, стандартні положення тіла та стійки в карате, блоки в карате та техніка їх виконання, удари руками та ногами, техніка їх виконання.

Практична частина програми «Карате – тренуємося разом» направлена на встановлення нових контактів, знайомство спортсменів в групі через використання рольових ігор та психологічних тренінгів. На другому році навчання активно вивчаються різновиди технік дихання та варіанти їх застосування в різних ситуаціях (предстартові стани, відновлення організму і т.д). Паралельно з основними завданнями програми вирішуються і спеціальні, що стосуються спеціальної та технічної підготовки в карате.

На другому році навчання програмою передбачено вивчення техніки кіхону та ката, психологічна підготовка та участь у змаганнях початкового рівня. До теоретичної частини програми другого року навчання відносяться наступні питання: психограма карате та психологічний профіль спортсмена, контроль психологічної підготовленості вихованців, ознайомлення з технікою кіхону та ката, досвід змагальної практики та предстартові стани (табл. 4.1).

Таблиця 4.1

Навчально-тематичний план занять навчальної програми «Карате – тренуємося разом»

Розділ, тема	Кількість годин		
	теоретичних	практичних	усього
I рік навчання			
Вступ	2	-	2
Розділ 1. Доступний інклюзивний спорт для дорослих та дітей	4	14	18
Розділ 2. Поняття психології та етикету в карате. Дихальні практики.	4	4	8
2.1. Психологія спілкування	2	2	4
2.2. Етикет в карате	2	-	2
2.3. Практика управління диханням в карате.	-	2	2
Розділ 3. Загальна та спеціальна фізична підготовка в карате	4	38	42
3.1. Загальна фізична підготовка (ЗФП)	2	24	26
3.2. Спеціальна фізична підготовка (СФП)	2	14	16
Розділ 4. Бойові стійки та переміщення в карате	6	14	20
4.1. Бойова стійка в карате	2	6	8
4.2. Техніка переміщень в карате	4	8	12
Розділ 5. Захисні дії в карате	8	18	26
5.1. Техніка захисту від ударів руками	4	9	13
5.2. Техніка захисту від ударів ногами	4	9	13

Продовження таблиці 4.1

Розділ 6. Атакуючі дії в карате	8	18	26
6.1. Техніка виконання ударів руками	4	9	13
6.2. Техніка виконання ударів ногами	4	9	13
Підсумок	-	2	2
Разом	36	108	144
II рік навчання			
Вступ	4	-	4
Розділ 1. Загальна та спеціальна фізична підготовка в карате	6	40	46
1.1. Загальна фізична підготовка (ЗФП)	2	15	17
1.2. Спеціальна фізична підготовка (СФП)	4	25	29
Розділ 2. Психологічна підготовка	4	10	14
2.1. Психологічна карта спортсмена-каратиста	2	-	2
2.2. Тренінги, тестування, рольові ігри	2	10	12
Розділ 3. Ката, кіхон	10	50	60
Кіхон	4	20	24
Ката групи хейан	6	30	36
Розділ 4. Контрольні нормативи	-	4	4
Розділ 5. Змагальна діяльність	2	12	14
Підсумок	-	2	2
Разом	26	118	144

Практична частина програми направлена на розвиток фізичних якостей: сили, швидкості, витривалості, координації, гнучкості. На заняттях проводяться психодіагностичні методики для спортсменів з різним рівнем здоров'я та сприйняття. Вивчається базова техніка (кіхон) та ката групи хейан.

Проаналізувавши навчально-тренувальну програму з карате WKF для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, можна зробити висновок, що на початковому етапі підготовки програма передбачає вік початку занять спортсменів – 10 років у кількості 6-8 годин на тиждень. Кількість годин на рік: 1-й рік – 312 год., 2-й – 416 год., 3-й – 508 год. Головні завдання навчально-тренувального процесу: зміцнення здоров'я, розвиток фізичних якостей, вивчення засад техніки і тактики карате. Найбільш ефективно – різнобічне тренування з використання ігрових та змагальних форм занять. Програма з теоретичної підготовки включає в себе такі теми як: історія розвитку карате; виникнення та сучасний етап розвитку карате в Україні; техніка безпеки на заняттях та змаганнях з карате; особиста гігієна спортсмена та гігієна під час занять карате; функціональні системи організму людини та їх значення в карате; правила змагань та засади суддівства в карате. Програма з практичної підготовки складається з техніко-тактичної та фізичної підготовки. Техніко-тактична – це вивчення базових стійок, переміщення в них, захисні та атакуючі дії руками та ногами, вивчення базових технік кидків та підсічок. Фізична – загально-розвиваючі вправи, вправи для розвитку швидкісних та швидкісно-силових якостей, вправи для розвитку гнучкості, вправи для комплексного розвитку фізичних якостей. Також програма включає в себе бойову та суддівську практику та складання контрольних нормативів (табл. 4.2).

Програма з карате WKF для ДЮСШ та програма «Карате – тренуємося разом» мають відмінності не тільки в кількості годин відведених на підготовку, але і в самій характеристиці розділів підготовки. Спільним розділом в двох програмах є базова тактична підготовка, а саме навчання стійкам, переміщенням, захисним та атакуючим діям.

Таблиця 4.2

Навчальний план для груп спортивних шкіл

Розділ підготовки	Група		
	Початкової підготовки		
	Рік навчання		
	I	II	III
Теоретична підготовка	4	8	10
Фізична підготовка	166	188	220
Техніко-тактична підготовка	140	218	276
У т.ч. бойова та суддівська практика	28	60	70
Складання контрольних нормативів	2	2	2
Участь у змаганнях	Згідно з календарем змагань		
Усього:	312	416	508

В програмі карате WKF передбачені також тактична підготовка і бойова та суддівська практика. В розробленій програмі ці розділи відсутні, так як вони не є доцільними для людей з інвалідністю. Натомість в розробленій програмі більш розгорнуто представлений розділ теоретичної підготовки, в якому є питання, присвячені поняттям психології та етикету в карате, дихальним практикам, різноманітним тренінгам, тестуванням та рольовим іграм. В розробленій програмі також представлений розділ, присвячений окремому вивченню техніки кіхону та ката (табл. 4.3).

В програмі «Карате – тренуємося разом» значна кількість уваги приділена теоретичній та психологічній підготовці. В цих розділах розкриваються питання доступності інклюзивного спорту для всіх груп населення, психології спілкування з людьми з інвалідністю, етикету в карате, практикам дихання і т.д.

Таблиця 4.3

**Порівняння кількості навчальних годин програм Карате WKF та
«Карате – тренуємося разом»**

Розділ підготовки	Карате WKF		Карате – тренуємося разом	
	I	II	I	II
Теоретична підготовка	4	8	36	26
Фізична підготовка	166	188	38	40
Техніко-тактична підготовка	140	218	50	50
Психологічна підготовка	-	-	18	10
Складання контрольних нормативів	2	2	2	6
Участь у змаганнях	Згідно календ.плану		-	12

Отже, навчальна програма з позашкільної освіти «Карате – тренуємося разом» побудована з урахуванням особливостей декількох нозологічних груп (ДЦП, ЗФР, аутизм). За розробленою програмою можуть тренуватися як спортсмени з інвалідністю, так і їх практично здорові однолітки. Заняття за даною програмою допоможуть соціалізуватися спортсменам з інвалідністю завдяки спільним тренуванням та проведенню спільних тренінгів на теми психології та інклюзії, формуючи соціальні навички спілкування і толерантні взаємовідносини в групі.

4.2. Аналіз ефективності впровадження розробленої навчальної програми для каратистів з інвалідністю

4.2.1. Оцінка рівня фізичної підготовленості спортсменів з інвалідністю в карате

Для визначення ефективності інклюзивного підходу до побудови навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю в карате було

проведено антропометричні вимірювання та тестування спортсменів, які включали в себе два етапи. Дослідження проводилися на базі Центру соціально-психологічної реабілітації дітей та молоді з функціональними обмеженнями Дарницького району з жовтня 2017 по жовтень 2018 р. В експерименті брали участь спортсмени з інвалідністю 14–20 років в кількості 10 осіб (5 дівчат і 5 хлопців), які мають ДЦП, ЗФР та аутизм. Вказана вище група займалася за розробленою навчальною програмою з карате для спортсменів з інвалідністю (для 2-го року навчання). Рівень фізичного розвитку спортсменів з інвалідністю визначали за такими показниками: довжина, маса тіла, вік, а також за допомогою батареї тестів.

Показники фізичного розвитку характеризуються соматометричними величинами – довжина, маса тіла; фізіометричними – фізична роботоздатність, рівень розвитку фізичних якостей; соматоскопічними – розвиток кістково-м'язової системи, статевий розвиток, будова тіла, постава. Сукупність цих показників визначає рівень фізичного розвитку [32, 166].

Тестування включало в себе чотири тести для визначення рівня фізичної підготовленості (табл. 4.4).

Таблиця 4.4

Визначення рівня фізичної підготовленості

Рухові тести	Досліджувана якість
Піднімання тулуба в сід, 1 хв., разів	Швидкісна витривалість
Стрибок у довжину з місця, см	Вибухова сила
Біг на 60 м, сек	Швидкість
Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	Гнучкість

Для реалізації першої складової (порівняльно-послідовний експеримент I порядку) проведено дослідження, яке дозволило оцінити рівень фізичного розвитку і стан здоров'я спортсменів з інвалідністю. Отримані результати представлені у вигляді таблиці (табл. 4.5).

Таблиця 4.5

Антропометричні дані досліджуваних спортсменів

ПІБ	Вік		Зріст		Маса тіла		Нозологія
	I	II	I	II	I	II	
Д. М.	16	17	161	165	55	59	ДЦП
Ю. В.	16	17	170	172	62	67	ДЦП
Н. В.	14	15	152	155	51	53	ЗФР
Б. О.	20	21	166	166	60	59	Аутизм
М. А.	14	15	158	160	49	52	ЗФР
Д. Д.	19	20	170	170	61	60	ДЦП
Ш. О.	16	17	168	172	58	62	ДЦП
С. А.	16	17	169	173	61	62	ДЦП
Ф. О.	16	17	165	166	56	58	ДЦП
С. К.	16	17	165	165	55	53	ДЦП
			N = 10 Z = 2.366 p = 0.018		N = 10 Z = 1.886 p = 0.059		

Примітки: I – порівняльно-послідовний експеримент I порядку; II – порівняльно-послідовний експеримент II порядку

Оцінка фізичного розвитку дослідної групи спортсменів проводилась при порівнянні фактичних показників (експерименту I, II порядків) та необхідних антропометричних показників фізичного розвитку спортсменів.

Результати вимірювання досліджуваних розподілені у порівнянні з центильними інтервалами згідно рекомендацій ВООЗ (табл. 4.6, 4.7).

Таблиця 4.6

Розподіл за показниками росту спортсменів

Центильні інтервали	Кількість спортсменів						р%					
	n=10		Хлопці n=5		Дівчата n=5		n=10		Хлопці n=5		Дівчата n=4	
	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II
3-10 %	1	-	1	-	-	-	10	-	10	-	-	-

Продовження таблиці 4.6

10-25 %	2	2	1	2	1	-	20	20	10	20	10	-
25-50 %	4	5	3	3	1	2	40	50	30	30	10	20
50-75 %	3	3	-	-	3	3	30	30	-	-	30	30

Примітки: I – порівняльно-послідовний експеримент I порядку; II – порівняльно-послідовний експеримент II порядку; n – кількість спостережень; p% – вибіркова доля в відсотках

Встановлено, що на початок експерименту 90 % досліджуваних мали середні показники зросту, що відповідають 25-75 % центильному інтервалу, 10 % – мали низькі показники зросту (відповідають 3-10 % центильному інтервалу). Після порівняння результатів порівняльно-послідовного експерименту I і II порядку, визначено, що кількість спортсменів, з середніми показниками зросту зросла на 10 %.

Водночас з'ясовано, що показники маси тіла відповідають середнім показникам у 100 % досліджуваних спортсменів на початку і в кінці експерименту та відповідають 25-75 % центильному інтервалу.

Таблиця 4.7

Розподіл за показниками маси тіла спортсменів

Центильні інтервали	Кількість спортсменів						p %					
	n=10		Хлопці n=5		Дівчата n=5		n=10		Хлопці n=5		Дівчата n=4	
	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II
25-50 %	6	7	3	4	3	3	60	70	30	40	30	30
50-75 %	4	3	2	1	2	2	40	30	20	10	20	20

Примітки: I – порівняльно-послідовний експеримент I порядку; II – порівняльно-послідовний експеримент II порядку; n – кількість спостережень; p % – вибіркова доля в відсотках

Для реалізації другої складової дослідження навчально-тренувальний процес будувався за розробленою методикою тренування спортсменів з інвалідністю в карате. Під час даної складової експерименту було розроблено навчальну програму з карате для спортсменів з інвалідністю, та впроваджено її на практиці протягом 2017–2018 року.

Для реалізації третьої складової дослідження (порівняльно-послідовний експеримент II порядку), який проводився для виявлення змін у рівні фізичної підготовленості спортсменів з інвалідністю з використанням нової програми тренувань, було проведено, як і в порівняльно-послідовному експерименті I порядку, дослідження рівня фізичної підготовленості спортсменів з інвалідністю. Складність його майже не відрізнялась від попереднього. Для цього, як і в перший раз, використано тестування і нормативи оцінки фізичної підготовленості (табл. 4.8).

Таблиця 4.8

Показники фізичної підготовленості спортсменів дослідної групи

Тести Ш	Нахил вперед з положення сидячи, см		Стрибок у довжину з місця, см		Піднімання тулуба в сід, 1 хв., разів		Біг на 60 м., сек	
	I	II	I	II	I	II	I	II
Д. М.	6	8	98	100	16	20	12	12
Ю. В.	5	9	129	130	17	22	11	11
Н. В.	8	10	78	78	14	18	13	13
Б. О.	9	12	114	115	15	19	12	12
М. А.	6	11	109	113	18	24	13	13
Д. Д.	4	8	94	96	14	21	12	12
Ш. О.	6	12	131	136	19	25	10	10
С. А.	5	11	132	135	18	26	10	10
Ф. О.	7	12	124	128	16	20	11	11
С. К.	7	13	119	124	15	21	11	11
	N = 10 Z = 2.803 p = 0.005		N = 10 Z = 2.666 p = 0.008		N = 10 Z = 2.803 p = 0.005			

Примітки: I – порівняльно-послідовний експеримент I порядку; II – порівняльно-послідовний експеримент II порядку

Для реалізації четвертої складової дослідження (обробка та узагальнення результатів), проведено аналіз та систематизацію отриманих результатів. Для того, щоб наочно переконатися у ефективності використання навчальної програми, проведено порівняння результатів порівняльно-послідовного експерименту I і II порядку.

Тест «Нахил вперед з положення сидячи» досліджувані виконували з вихідного положення сидячи на підлозі, ноги випрямлені в колінах, ступні ніг – паралельно на ширині 15-20 см. Під час тестування виконувалось два попередніх пружинних нахили, а при третьому – досліджуваний максимально нахилився вперед, затримувався пальцями або долонями обох рук на лінії розмітки. Під час проведення порівняльно-послідовного експерименту I порядку було виявлено, що більшість спортсменів не могли виконати вправу не згинаючи ніг у колінах та утримуючи дотик протягом 2 с. Але, протягом проведення дослідження, з метою засвоєння технічної частини тестів виконувались допоміжні вправи на розвиток гнучкості, а саме пружинні нахили («притягування» тулуба руками до гомілки, нахили вперед з допомогою партнера чи з вагою на плечах з основної стійки, пасивні згинання та розгинання ніг з допомогою партнера з наступним утриманням статичного положення, згинання прямих ніг у кульшовому суглобі за допомогою партнера з вихідного положення лежачи і т.д.). Під час проведення порівняльно-послідовного експерименту II порядку спостерігалось значне покращення техніки виконання тестів. Збільшилась сила та еластичність м'язів, покращилась техніка виконання вправ, що в свою чергу призвело до покращення результатів.

Для визначення подальших змін розвитку гнучкості у досліджуваних спортсменів було проведено тест «Нахил вперед з положення сидячи» (рис. 4.2).

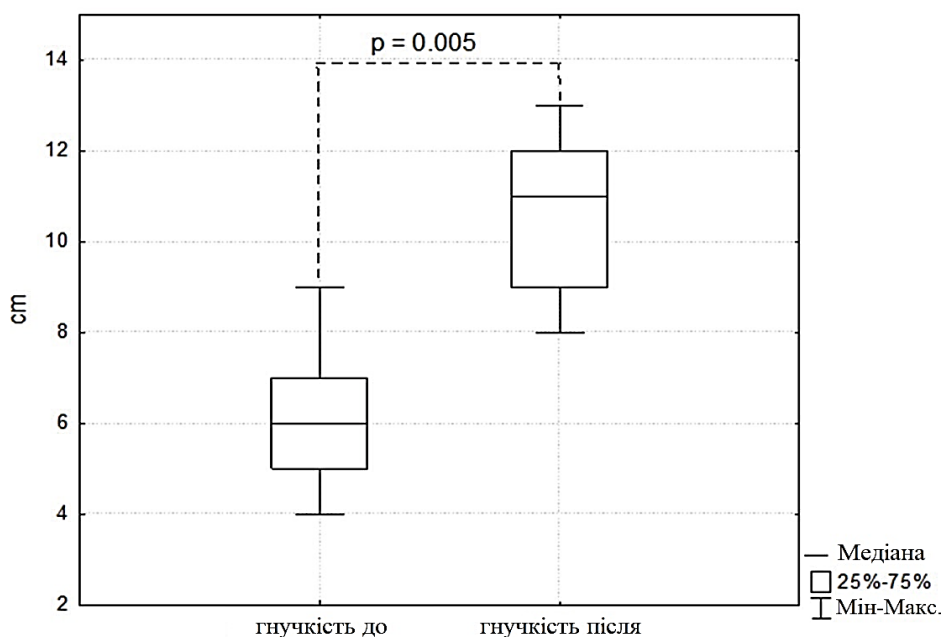


Рис. 4.2 Рівень розвитку гнучкості досліджуваних спортсменів

Порівняння результатів тесту на гнучкість показали, що рівень гнучкості у спортсменів збільшився у 100 % досліджуваних після тренувань за розробленою навчальною програмою. Це свідчить про ефективність занять за програмою та про правильність використання методик, що в ній представлені. На тренуваннях перед розвитком гнучкості виконувалась необхідна інтенсивна розминка для покращення кровопостачання та збільшення еластичності м'язів. Вправи виконувались з наступними рекомендаціями: застосування повторних пружинних рухів, які підвищують інтенсивність розтягування, виконання рухів з найбільш можливою амплітудою, використання інерції руху будь-якої частини тіла, робота з додаткової зовнішньої опорою та з активною допомогою партнера.

Тест «Стрибок у довжину з місця» досліджувані виконували з вихідного положення «ноги на ширині плечей, ступні паралельно, носки ніг перед лінією відштовхування» – замах руками назад та поштовхом обох ніг стрибок вперед. Під час першого тестування було виявлено, що 50 % досліджуваних робили помилки при виконанні тесту (заступ за лінію, втрата рівноваги при приземленні і т.д.). Для вирішення цієї проблеми досліджуваним було

запропоновано виконувати вказані вправи, а саме: стрибки через скакалку, стрибки на лівій, правій, обох ногах, біг зі стрибками з ноги на ногу, стрибки вперед-вгору з місця з напівприсіда руки на пояс, виконання маху напівзігнутими руками з різкою зупинкою при положенні ліктів на рівні плечового пояса, стрибки в довжину на точність і на результат. Під час другого тестування техніка виконання стрибків у довжину з місця покращилась, але не у всієї досліджуваної групи. Це обумовлено особливостями захворювань, що обмежують фізичні можливості досліджуваних спортсменів.

Для визначення змін у розвитку швидкісно-силових можливостей досліджуваних проведено тест «Стрибок у довжину з місця» (рис 4.3).

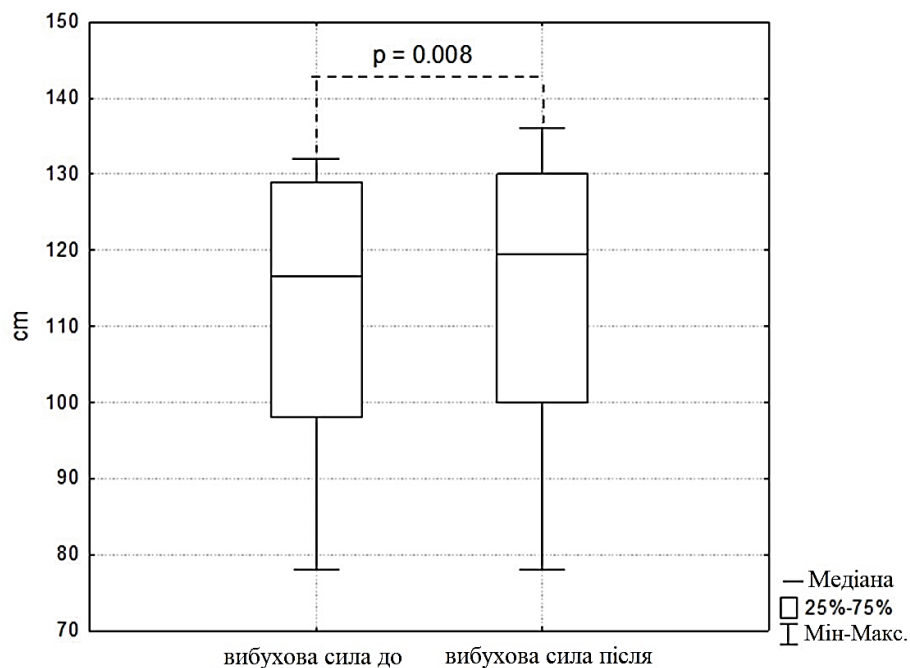


Рис. 4.3 Рівень розвитку швидкісно-силових можливостей досліджуваних спортсменів

Порівняння результатів тесту «Стрибок у довжину з місця» показали, що швидкісно-силові можливості покращилися у 90 % досліджуваних. Проте, у 10 % результати залишились без змін. Отримані дані свідчать про те, що запропонована методика розвитку швидкісно-силових можливостей організму є результативною, але підходить не для всіх нозологічних груп. З результатів ми

бачимо, що у спортсменів, які мають ДЦП та аутизм, показники покращились. При діагнозі ЗФР покращення результату не відбулося, що говорить про необхідність доопрацювання методики розвитку швидкісно-силових можливостей або зміни контрольного тесту саме для цієї нозологічної групи.

Тест «Піднімання тулуба в сід, 1 хв., разів» досліджувані виконували з вихідного положення лежачи на спині на гімнастичному маті, руки за головою, пальці зчеплені в «замок», лопатки торкаються матів, ноги зігнуті в колінах під прямим кутом, ступні притиснуті партнером до підлоги. Зараховувалась максимальна кількість підйомів за 1 хв., торкаючись ліктями колін, з подальшим поверненням у вихідне положення. При виконанні даного тесту помилок виявлено не було в жодному з експериментів, хоча кількість зарахованих «підйомів» помітно відрізнялась. Це можна пояснити зміцненням зовнішніх і внутрішніх м'язів живота.

Під час визначення змін у розвитку швидкісної витривалості досліджуваних було проведено тест «Піднімання тулуба в сід, 1 хв., разів» (рис 4.4).

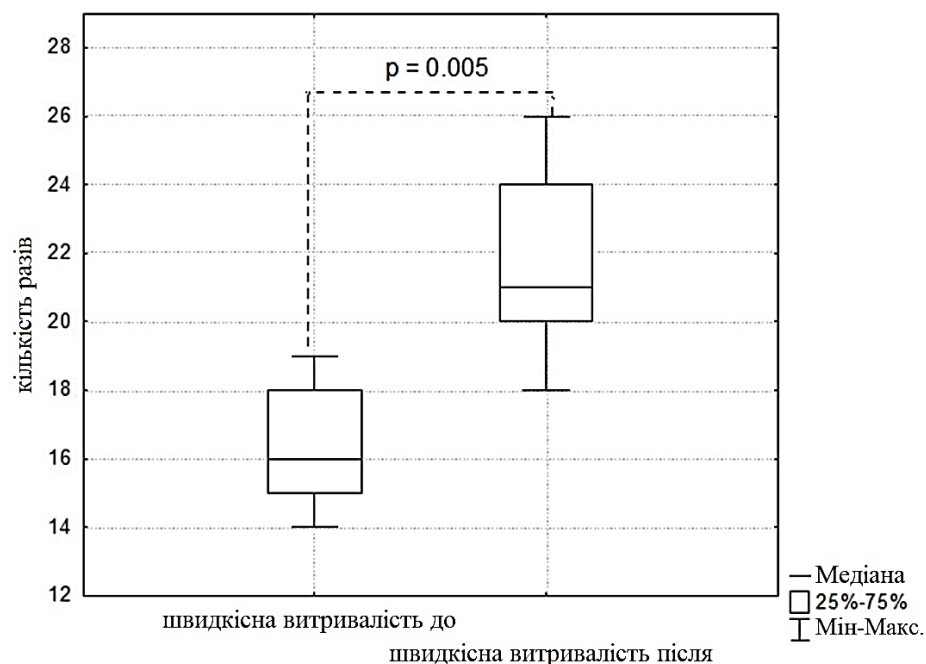


Рис. 4.4 Рівень розвитку швидкісної витривалості досліджуваних спортсменів

Дані результатів порівняння тесту «Піднімання тулуба в сід, 1 хв., разів» показали, що рівень швидкісної витривалості у спортсменів збільшився у 100 % досліджуваних. За цими результатами можна говорити, що програма «Карате – тренуємося разом» позитивно вплинула на розвиток швидкісної витривалості спортсменів з інвалідністю.

Тест «Біг на 60 м.» виконувався з високого старту на спеціальних доріжках в спортивному залі. Під час першого виконання тесту досліджувані допускали помилки, які були обумовлені їх рівнем здоров'я та фізичного розвитку. На першому етапі дослідження не всі змогли пробігти 60 м з однієї спроби. Для вирішення цієї проблеми протягом всього дослідження виконувався ряд вправ, який покращував можливість організму виконувати це навантаження. Рівень швидкості рухів покращувався за рахунок підвищення рівня нервово-м'язової координації, сили м'язів та за допомогою поліпшення здатності організму виявляти великі м'язові зусилля. Для розвитку швидкості використовувались методи: повторний (виконання вправ з максимальною швидкістю), метод кругового тренування (залучення основних груп м'язів), ігровий (вправи на швидкість у рухливих іграх, естафетах та спортивних іграх), змагальний (виконання вправ з гранично максимальною швидкістю в умовах змагань).

Для визначення змін у розвитку швидкісних можливостей було проведено тест «Біг на 60 м.». Отримані результати досліджень свідчать про те, що дані тесту «Біг на 60 м» залишилися незмінними у 100 % досліджуваних після тренувань за розробленою навчально-тренувальною програмою. Це говорить про те, що заняття за запропонованою програмою впливають на розвиток рівня гнучкості, вибухової сили та витривалості, але не розвивають швидкість, а лише підтримують рівень її розвитку. Проте, важливо зазначити, що під час другого експерименту всі досліджувані виконали тест з першої спроби, хоч і не покращили свій час.

Отже, вище перелічені факти, а саме покращення трьох показників з чотирьох, свідчать про ефективність застосування розробленої навчальної

програми з карате для спортсменів з інвалідністю під час навчального-тренувального процесу. Під час проведення порівняльно-послідовного експерименту II порядку досліджувані спортсмени в повному обсязі виконали всі запропоновані фізичні тести, не допускаючи помилок у виконанні. Покращення рівня фізичного розвитку спортсменів говорить про правильність підібраних вправ і методик в програмі, про адекватність навантаження та доцільність використання запропонованої методики при роботі зі спортсменами, що мають діагноз ДЦП, ЗФР та аутизм.

4.2.2. Оцінка рівня технічної підготовленості спортсменів з інвалідністю в карате

В ході експерименту для оцінки технічної підготовленості спортсменів з інвалідністю були використані змагальні вправи з ката. Під час дослідження спортсмени виконували ката хейан-шодан у I та II періодах порівняльно-послідовного експерименту.

Всі досліджувані спортсмени на початок експерименту (I період) мали необхідний рівень майстерності, а саме вміли виконувати ката хейан-шодан. Задля удосконалення рівня технічної підготовки спортсмени займались за розробленою програмою «Карате – тренуємося разом». В ході експерименту спортсменам було запропоновано систематично виконувати декілька вправ, а саме:

- 1) ой-цукі чудан з переміщенням вперед у стійці дзенкуцу-дачі (прямий удар з шагом однойменною рукою в корпус);
- 2) гедан-барай з переміщенням вперед у стійці дзенкуцу-дачі (нижній блок від прямих ударів ногами);
- 3) аге-уке з переміщенням вперед у стійці дзенкуцу-дачі (верхній блок від ударів по голові зверху вниз);
- 4) шуто-уке з переміщенням вперед у стійці кокуцу-дачі (середній блок від прямих ударів руками та ногами).

Ката хейан-шодан – це перше з п'яти базових ката в карате [3]. Загалом складається з 21 руху, серед яких зустрічаються блоки: гедан-барай, аге-уке и шуто-уке, удари: ой-цукі чудан, тетсуі-учі дзьодан і шуто-учі. В ката є техніка визволення від захвату супротивником зап'ястя та відхід з лінії атаки (тай-сабакі). Хейан-шодан направлений на відпрацювання основ базової техніки та формує фундамент для розвитку координації рухів та орієнтації у просторі. В хейан-шодан є два кіай: перший при виконанні останнього аге-уке в кінці першої доріжки, другий – при виконанні останнього ой-цукі чудан в кінці другої доріжки. Загалом на виконання ката відведено 40 секунд (рис. 4.5).

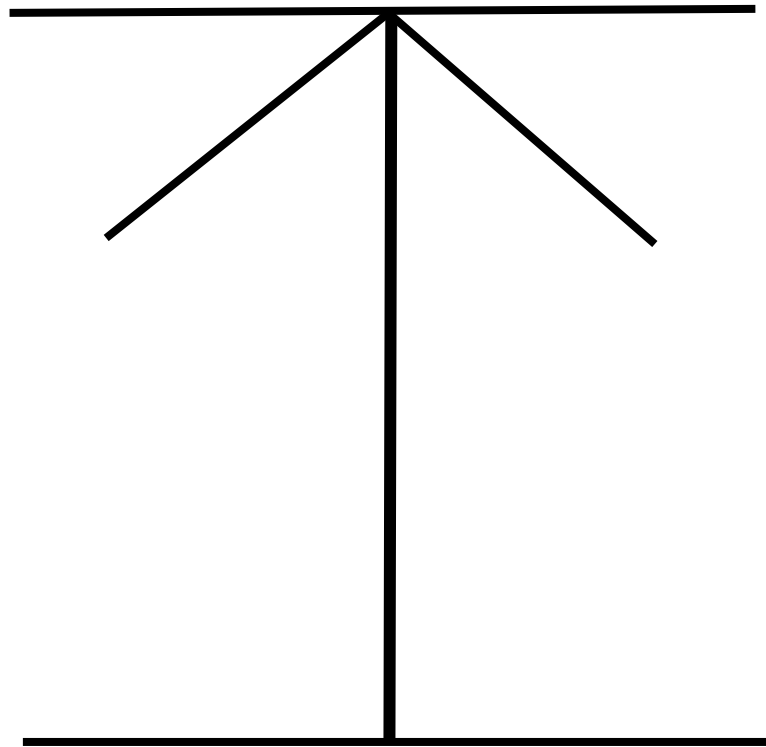


Рис. 4.5 Схема виконання ката хейан-шодан

Послідовність виконання технічних дій в ката хейан-шодан [4]

1. Поворот вліво, крок лівою ногою вперед в дзенкуцу-дачі, гедан-барай лівою рукою.
2. Крок вперед правою ногою в дзенкуцу-дачі, ой-цукі.
3. Розворот на 180° вправо з кроком правою ногою в дзенкуцу-дачі, гедан-барай правою рукою.

4. Вивільнення від захвату за руку круговим рухом руки з переносом ваги тіла назад і контратака боковою стороною кулака (тетсуі-учі).

5. Крок вперед лівою ногою в дзенкуцу-дачі, ой-цукі.

6. Поворот на 90° вліво з кроком лівою ногою в дзенкуцу-дачі, гедан-барай лівою рукою.

7. Крок вперед правою ногою в дзенкуцу-дачі, аге-уке правою рукою.

8. Крок вперед лівою ногою в дзенкуцу-дачі, аге-уке лівою рукою.

9. Крок вперед правою ногою в дзенкуцу-дачі, аге-уке правою рукою.

Кіай.

10. Розворот на 270° вліво з кроком лівою ногою в дзенкуцу-дачі, гедан-барай лівою рукою.

11. Крок вперед правою ногою в дзенкуцу-дачі, ой-цукі.

12. Розворот на 180° вправо з кроком правою ногою в дзенкуцу-дачі, гедан-барай правою рукою.

13. Крок вперед лівою ногою в дзенкуцу-дачі, ой-цукі.

14. Поворот на 90° вліво з кроком лівою ногою в дзенкуцу-дачі, гедан-барай лівою рукою.

15. Крок вперед правою ногою в дзенкуцу-дачі, ой-цукі.

16. Крок вперед лівою ногою в дзенкуцу-дачі, ой-цукі.

17. Крок вперед правою ногою в дзенкуцу-дачі, ой-цукі. Кіай.

18. Розворот на 270° вліво в кокуцу-дачі, шуто-уке лівою рукою.

19. Крок правою ногою під 45° вправо в кокуцу-дачі, шуто-уке правою рукою.

20. Поворот на 135° вправо кроком правою ногою в кокуцу-дачі, шуто-уке правою рукою.

21. Крок лівою ногою під 45° вправо, в кокуцу-дачі шуто-уке лівою рукою.

Під час проведення порівняльно-послідовного експерименту I порядку спортсмени виконували запропоновані вправи під рахунок тренера. Кожна

вправа виконувалась в русі та на 10 рахунків. Щоб покращити техніку виконання ката хейан-шодан, досліджувані спортсмени вивчили стійки дзенкуцу-дачі та кокуцу-дачі на місці та в русі.

Під час вивчення стійки дзенкуцу-дачі спортсмени допускали такі помилки: відривали п'ятку задньої ноги, згинали задню ногу, неправильно вибирали точку опори, занадто нахилили вперед (назад) корпус, розташовували ноги на одній лінії.

Під час виконання стійки кокуцу-дачі були допущені наступні помилки: занадто згинали коліно передньої ноги, неправильно розташовували ступні обох ніг, занадто загрузжали передню ногу (неправильно вибирали центр ваги).

Для того, щоб засвоїти техніку переміщення в стійках дзенкуцу-дачі та кокуцу-дачі, спортсмени тренувались в них стояти і переміщатися мінімум один раз на тиждень протягом всього періоду експерименту.

Крім стійок, спортсмени на кожному тренуванні виконували удар ой-цукі та блоки – гедан-барай, аге-уке і шуто-уке. Блоки і удари виконувалися в три етапи:

1. Імітаційні вправи: виконання блоків на ударів без партнера (перед дзеркалом).
2. Кіхон: вивчення техніки спочатку на місці, потім з переміщенням.
3. Виконання техніки з партнером (спортсмен з інвалідністю в парі з практично здоровим однолітком). По черзі працюють «першим» та «другим» номером, відпрацьовуючи на практиці як удари та блоки, так і переміщення.

Отже, успішність виконання ката хейан-шодан залежить від декількох факторів:

- розуміння техніки та відповідне виконання деяких базових технічних дій (гедан-барай, аге-уке, шуто-уке, ой-цукі);
- знання базових стійок (дзенкуцу-дачі, кокуцу-дачі) та уміння переміщатися в них;
- знання «бункаю» (аналізу) ката;

- заншин, кіме, кіай (стан повної концентрації уваги та сили, готовності до дій).

Під час виконання змагальних вправ спортсмени виконували ката хейаншодан. По одному, виходили на татамі та виконували ката. Оцінку виставляв тренер та 4 старших спортсмени. Всього спортсмен отримував 5 оцінок, при розрахунку остаточного балу за виконання ката найвищий і найнижчий бал з двох оцінок не враховувався.

Критеріями оцінки ката є: правильність виконання технічних елементів (блоки, удари, стійки); збереження рівноваги; заншин; кіме; кіай; загальний рівень демонстрації ката.

Початкова оцінка перед виходом на татамі – 7 балів. Після виконання ката початкова оцінка або знижувалася за допущені помилки (табл. 4.9), або підвищувалась за високу майстерність виконання (табл. 4.10).

За допущення деяких грубих помилок, спортсмени дискваліфікуються. Дискваліфікація може бути в таких випадках: незнання малюнку ката; порушення послідовності рухів; заміна елемента; демонстрація не того ката, яке назвав сам спортсмен; неспортивна поведінка. Наші досліджувані під час експерименту не дискваліфікувалися, проте мали значне зниження балів при допущенні вищезазначених помилок.

Таблиця 4.9

Зменшення початкової оцінки за виконання ката

Груба помилка – 1 бал	Незначна помилка – 0,5 балу
1. Відхилення в техніці виконання (неправильний рівень удару).	1. Неправильний темп виконання ката (занадто повільний, або швидкий).
2. Відсутність кіай, або його виконання не на тому елементі.	2. Одноразова помилка у виконанні стійки.
3. Відступ від початкового місця початку ката більше ніж на 1 м.	3. Незначні помилки в техніці виконання (положення рук, ніг).
4. Втрата рівноваги.	4. Незначний відступ від початкового місця початку ката.
5. Неправильні стійки (занадто високі, широкі, вузькі і т.д.).	5. Відривання п'яток при переміщеннях.

Збільшення початкової оцінки може відбуватися на 0,5 балу, якщо спортсмен дотримується наступних критеріїв (табл. 2).

Таблиця 4.10

Збільшення початкової оцінки за виконання ката

Критерій	Зміст
Правильність виконання технічних елементів	<ol style="list-style-type: none"> 1. Правильне виконання стійок, блоків та ударів в поєднанні з заншином. 2. Відсутність зайвих рухів. 3. Точне та правильне перенесення центру ваги і збереження рівноваги.
Вміння змінювати швидкість виконання технічних елементів	<ol style="list-style-type: none"> 1. Збільшення чи зменшення швидкості рухів, коли це необхідно. 2. Виконання технічних дій в темпі, який є правильним відносно бункаю ката.
Вміння працювати з розслабленням та напруженням м'язів	<ol style="list-style-type: none"> 1. Можливість проявляти необхідний рівень сили. 2. Розслаблення м'язів в ті моменти, коли це необхідно.
Вміння працювати з правильним диханням	<ol style="list-style-type: none"> 1. Правильне та своєчасне застосування спеціальних технік дихання (ібукі) і бойових викриків (кіай). 2. Підтримка правильного дихання у відповідності з виконуваними технічними діями

У ході проведення тестування порівняльно-послідовного експерименту I порядку спортсмени виконали ката хейан-шодан та отримали свої бали (табл. 4.11). Важливо зазначити, що виконання хейан-шодан на даному етапі показало, що спортсмени мають середній технічний рівень (середній загальний бал серед досліджуваних 17). Більшість спортсменів допустили одну грубу помилку (в більшості випадків це було нанесення ударів по невідповідному рівню та втрата рівноваги через неправильні стійки, які були або занадто високими, або положення ступні не відповідало правильному). Майже у всіх

спортсменів були присутні незначні помилки, такі як відривання п'яток при переміщенні та неправильний темп виконання ката (виконували його занадто швидко). Важливо зазначити, що малюнок ката знали всі досліджувані спортсмени і виконали його без замін елементів та повністю від початку до кінця, хоча і не всі завершили його в точці початку (що є помилкою).

Таблиця 4.11

Оцінки за виконання ката під час експерименту I порядку

ПІБ	Оцінка					
	I	II	III	IV	V	Заг.
Д. М.	5,5	5,7	5,4	5,5	5,6	16,6
Ю. В.	5,6	5,6	5,5	5,6	5,7	16,8
Н. В.	5,7	5,6	5,6	5,5	5,4	16,7
Б. О.	5,8	5,8	5,7	5,6	5,6	17,1
М. А.	5,8	5,7	5,8	5,5	5,4	17,0
Д. Д.	5,6	5,7	5,6	5,4	5,6	16,8
Ш. О.	5,7	5,8	5,6	5,9	6,0	17,4
С. А.	5,8	5,7	5,5	6,0	5,9	17,4
Ф. О.	5,6	5,8	5,6	5,7	6,0	17,1
С. К.	5,9	5,7	5,8	5,6	5,5	17,1

Під час проведення порівняльно-послідовного експерименту II порядку спортсмени повторно виконали ката хейан-шодан та отримали відповідні результати (табл. 4.12). Важливо зазначити, що в ході виконання не було допущено грубих помилок. Спортсмени показали високий рівень демонстрації ката, виконали його з кіме та кіай, темп виконання був правильний. Це свідчить про те, що заняття по розробленій програмі вплинули на підвищення рівня оволодіння базовою технікою. Спортсмени змогли показати подібний рівень саме завдяки правильним стійкам (збереження рівноваги, точне перенесення центру ваги і т.д.), правильному темпу та прояву необхідного рівня сили.

Таблиця 4.12

Оцінки за виконання ката під час експерименту II порядку

ПІБ	Оцінка					
	I	II	III	IV	V	Заг.
Д. М.	5,7	5,9	5,7	5,8	5,9	17,4
Ю. В.	5,8	5,8	5,7	5,9	5,8	17,4
Н. В.	5,9	5,7	5,8	5,7	5,9	17,4
Б. О.	6,0	6,1	6,0	5,9	5,9	17,9
М. А.	6,0	6,0	5,9	5,9	5,8	17,8
Д. Д.	5,8	5,8	5,7	5,6	5,9	17,3
Ш. О.	6,1	6,1	6,2	6,0	5,9	18,1
С. А.	6,1	6,0	6,0	6,3	5,9	18,1
Ф. О.	5,9	5,8	6,0	6,0	6,1	17,9
С. К.	5,8	5,9	5,9	6,1	6,0	17,8

Отже, можна зробити висновок, що допоміжні вправи, як і програма занять були підібрані оптимально. Всі 100% досліджуваних спортсменів змогли покращити свої результати технічної підготовленості. На це вплинули також спільні навчально-тренувальні заняття, де спортсмени з інвалідністю могли виконувати кіхон разом з практично здоровими спортсменами, таким чином зрозумівши бункай ката хейан-шодан. Пропрацювавши всі наявні удари та блоки в ката з партнером, досліджувані навчилися концентрувати увагу та змогли відтворити вивчене в ката, не втративши силу та координацію.

4.2.3. Методичне забезпечення організації інклюзивного навчально-тренувального процесу каратистів з інвалідністю

Для визначення специфіки інклюзивного підходу до навчально-тренувального процесу в карате та його методичного забезпечення проведено експертне оцінювання. Експерти були залучені для визначення критеріїв, які

лягли в основу формування тренувального процесу спортсменів з інвалідністю, серед яких: заслужений тренер України, голова Комітету спорту інвалідів УФК, чемпіонка Світу з пара-карате 2016 року, трикратна чемпіонка Дефлімпійських Ігор 2017 року та ін. Всі експерти мають досвід роботи тренером зі спортсменами з інвалідністю (порушення слуху та опорно-рухового апарату) більше трьох років по версіям WKF та JKS.

Експертам було запропоновано визначити особливості тренування спортсменів, що мають вади у розвитку; виявити основні функції, що реалізуються під час занять в інклюзивному карате, а також виокремити принципи культурного і духовного розвитку людини та суспільства, включаючи людей з інвалідністю.

Визначено, що особливості тренувального процесу спортсменів з інвалідністю обумовлені декількома факторами, такими як, вид захворювання дитини, рівень інтелектуального розвитку, рівень соціалізації та фізичний і психологічний стан (рис. 4.6).

Результати експертної оцінки свідчать про те, що нозологічна група в роботі зі спортсменами з інвалідністю є тим фактором, який має найбільший вплив на побудову тренувального процесу в карате.

Це пояснюється тим, що для кожної нозологічної групи підбираються комплекси спеціальних фізичних вправ та рухливі ігри, які сприяють покращенню стану здоров'я та підвищенню рівня фізичного розвитку. Побудова занять має різну структуру в залежності від захворювання, наприклад, при ДЦП важливими є вправи на гнучкість та координацію, при ЗФР – вправи на силу та швидкість. Розвиток витривалості є в рівній мірі корисним для всіх представлених нозологій. Також, варто зауважити, що при складанні планів занять так само важливо враховувати і інші представлені фактори. Від рівня соціалізації залежить ефективність роботи в парах на занятті, від рівня інтелектуального розвитку – складність навчального матеріалу, від рівня фізичного розвитку – величина навантаження.

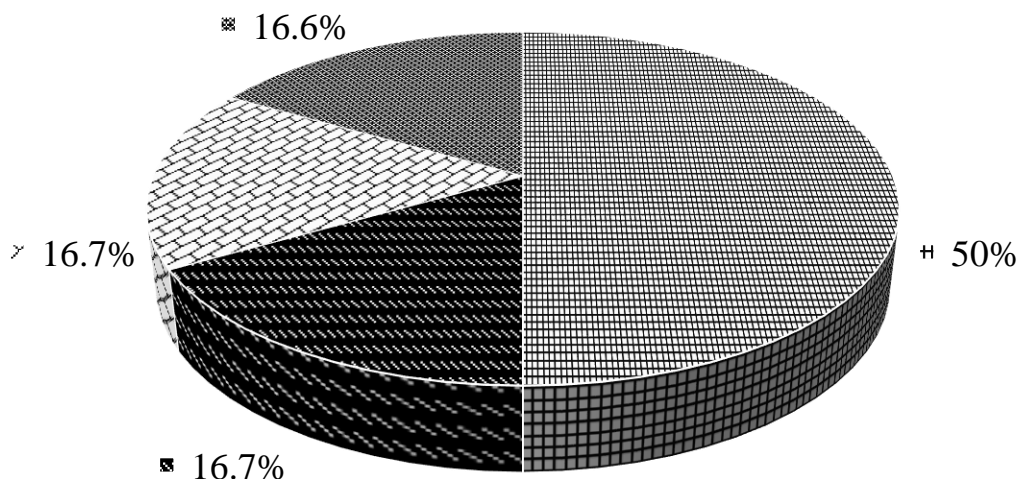






Рис. 4.6 Фактори, що обумовлюють специфіку тренувального процесу спортсменів з інвалідністю (за результатами анкетування, n=10), %:

-  – нозологічна група;
-  – рівень соціалізації;
-  – можливість сприйняття інформації;
-  – рівень фізичного розвитку

Базуючись, на власному досвіді професійної діяльності (тренерська діяльність у спортивних клубах, спортивних секціях, викладацька діяльність тощо) експертами були визначені основні функції, що реалізуються під час тренувальних занять в інклюзивному карате.

Експертам було запропоновано наступні функції виховання, які необхідно реалізовувати на навчально-тренувальних заняттях: корекційно-компенсаторну, профілактичну, освітню, розвиваючу, виховну, ціннісно-орієнтаційну, рекреативно-оздоровчу, спортивну і змагальну, гуманістичну, інтегративну, комунікативну, видовищну та естетичну. Саме ці функції представляють собою основну мету роботи тренера з особами з інвалідністю (табл. 4.13).

Таблиця 4.13

Функції, що реалізуються під час тренувальних занять в адаптивному карате (за результатами експертного оцінювання, n=10)

Розрахунок статистичних показників	Номер твердження											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Місце твердження у рейтингу	1	3	7	10	9	8	2	4	11	6	5	12
Сума рангів $\sum_{i=1}^m x_i$	114	104	54	33	41	52	106	93	17	72	79	15
Відхилення від середньої суми рангів $\left(\sum_{i=1}^m x_i\right) - \bar{x}$	49	39	-11	-32	-24	-13	41	28	-48	7	14	-50
Квадрат відхилення $\left(\left(\sum_{i=1}^m x_i\right) - \bar{x}\right)^2$	2401	1521	121	1024	576	169	1681	784	2304	49	196	2500

Визначено ступінь узгодженості думок експертів за коефіцієнтом конкордації $W=0,932$ та χ^2 критерію = 102,51 (при $p < 0,01$), що свідчить про високий ступінь узгодженості експертів.

Таким чином, можна вважати, що думки експертів щодо функцій, що реалізуються під час тренувальних занять в пара-карате цілком узгоджені.

За даними експертів (рис. 4.7), під час тренувальних занять зі спортсменами з інвалідністю найбільш важливими є такі функції:

- корекційно-компенсаторна (14,6 %);
- рекреативно-оздоровча (13,6 %);
- профілактична (13,4 %).

Майже не реалізуються:

- видовищна та естетична (1,9 %);
- гуманістична (2,2 %).

Це обумовлено тим, що в карате для людей з інвалідністю одним з головних завдань є підвищення рівня фізичного розвитку та покращення рівня

здоров'я. Заняття карате для людей з інвалідністю дає можливість корегувати та розвивати сенсорні функції: вестибулярну, зорову, слухову, тактильну, кінестетичну; соматичні функції, такі як постава, дихальна та серцево-судинна системи; моторні функції: відхилення у розвитку фізичних якостей, координації рухів; психічні функції (увагу, мову, поведінку, пам'ять та ін.).

Основними завданнями рекреаційно-оздоровчої функції є задоволення потреб людини у активних формах відпочинку та відновленні фізичного та психологічного станів організму.

Різноманітні форми фізичної активності, що адаптуються згідно нозологічних груп, дають можливість реалізувати вищезгадані потреби людини, спортивні заходи, такі як змагання в адаптивному спорті є засобами соціалізації осіб з інвалідністю.

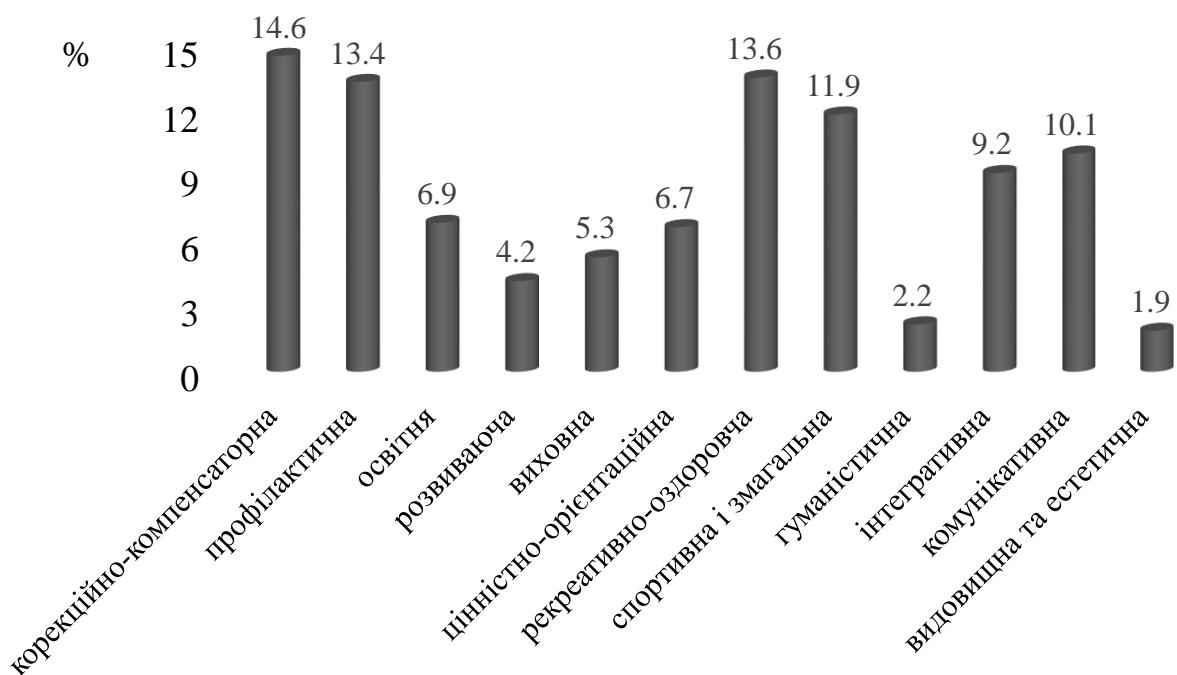


Рис. 4.7 Функції, що реалізуються тренерами на навчально-тренувальних заняттях з карате:

■ – реалізація представлених функцій (за результатами анкетування, n=10), %

Крім корекційно-компенсаторної, рекреаційно-оздоровчої та профілактичної функцій в адаптивному спорті виділяють і інші, які нажаль в

карате не реалізуються. Експерти зазначили, що заняття карате з людьми з інвалідністю не переслідують розважальну роль. Але, варто зауважити, що видовищна функція як стимулюючий фактор до занять спортом важлива під час будь-яких змагань серед спортсменів з інвалідністю. Емоції учасників змагань (від спортсменів до глядачів) змінюють ставлення суспільства до осіб з інвалідністю, зрівнюють їх у можливостях зі здоровими людьми та сприяють прийняттю їх як рівноправних членів суспільства. Що стосується гуманістичної функції, експерти не стали її виділяти як окрему з тією метою, що будь-який вид спорту вимагає особистісного зростання спортсменів, яке проявляється, перш за все, у підвищенні рівня здоров'я, як фізичного так і психічного, що несуть в собі як корекційно-компенсаторна, так і рекреаційно-оздоровча функції.

Для визначення головних принципів культурного та духовного розвитку для людей з інвалідністю, що реалізуються під час тренувальних занять та змагань, експертам були запропоновані наступні варіанти: гуманістичного спрямування, безперервності фізкультурної освіти, соціалізації, інтеграції та пріоритетної ролі соціуму (табл. 4.14).

Згідно з думкою експертів, найбільш вагомими принципами розвитку людей з інвалідністю, які реалізуються в спорті, є пріоритетна роль соціуму та соціалізація. Це можна пояснити тим, що заняття карате в інклюзивній групі дають можливість соціалізуватися всім учасникам навчально-тренувального процесу не залежно від стану здоров'я. Змагання, що інтегровані в систему загального календарного плану – це чинники, що формулюють основу психологічних зв'язків всіх учасників та глядачів змагань. Тому варто сказати, що спорт, це не лише система фізичних вправ, але і система відносин у суспільстві, які мають свою важливу комунікативну, соціальну та інтегративну функцію.

Таблиця 4.14

Принципи культурного та духовного розвитку людей з інвалідністю (за результатами експертного оцінювання, n=10)

Розрахунок статистичних показників	Номер твердження				
	1	2	3	4	5
Місце твердження у рейтингу	5	4	2	3	1
Сума рангів $\sum_{i=1}^m x_i$	15	18	42	28	47
Відхилення від середньої суми рангів $\left(\sum_{i=1}^m x_i \right) - \bar{x}$	-15	-12	12	-2	17
Квадрат відхилення $\left(\left(\sum_{i=1}^m x_i \right) - \bar{x} \right)^2$	225	144	144	4	289

Визначено ступінь узгодженості думок експертів за коефіцієнтом конкордації $W=0,806$ та χ^2 критерію = 32, (при $p < 0,01$), що свідчить про високий ступінь узгодженості експертів.

Таким чином, можна вважати, що думки експертів щодо принципів культурного та духовного розвитку людей з інвалідністю цілком узгоджені.

Отже, в організації інклюзивного навчально-тренувального процесу важливим є його методичне забезпечення. Формування навчальних планів в більшості залежить від принципів, методів, засобів тренування. Не менш важливими є функції, які реалізуються під час занять. Варто зазначити, що для підбору методичного забезпечення в інклюзивному карате важливими є нозологічна група, рівень соціалізації осіб з інвалідністю та рівень їх фізичного розвитку.

4.2.4. Соціальна спрямованість реалізації інклюзивного підходу в навчально-тренувальному процесі спортсменів з інвалідністю в карате

З метою визначення впливу занять карате на спортсменів з інвалідністю були опитані батьки, діти яких займаються в спортивній секції карате. Батькам

були запропоновані питання, що можуть допомогти визначити рівень впливу занять карате на спортсменів з інвалідністю.

В спортивній секції, де проводилось анкетування, опитувалось 14 батьків, чії діти займаються карате. Серед вихованців – 5 дівчат (36 %) і 9 хлопців (64 %). Всі спортсмени віком від 14 до 20 років.

За результатами анкетування визначено, що 2 спортсменів (14 %) займаються карате менше 1 року, 4 – від 1 до 2 років (29 %), 8 – від 3 до 5 років (57 %).

Більшість спортсменів, а саме 10 осіб (71 %) мають 2 тренування на тиждень, і тільки 4 спортсменів (29 %) мають 3 тренування.

Респонденти, чії діти займаються карате, по різному відповіли на питання, як проходять їх тренування: 43 % (6 осіб) вважають, що їх діти тренуються без примусу, 21 % (3 особи) переконані, що тренування проходять свідомо, 21 % (3 особи) констатують, що перш за все переважає цікавість в заняттях, і ще в 15 % (2 особи) спортсменів тренуються під контролем батьків.

Батьками було відмічено, що спортсмени збираються на тренування у притаманному їм настрої: 8 осіб (57 %) перед тренуванням збуджені і радісні, троє (21 %) – стурбовані, 2 спортсмени (15 %) мають нейтральний настрій, і тільки один (7 %) – негативно настроєний.

Більшість батьків, а саме 83 % (12 осіб) повністю задоволені впливом занять карате на дітей з інвалідністю, 8% (1 особа) – задоволені лише частково, і 9 % (1 особа) не змогли дати відповідь на поставлене питання.

Батьки обрали для своїх дітей секцію карате з різних причин (рис. 4.8): 3 з них – по рекомендації від людей, діти яких вже займались цим видом спорту, 4 – дізнались про карате, як вид спорту для спортсменів з інвалідністю з мережі Інтернет, а переважна більшість (7) – самі обрали карате.

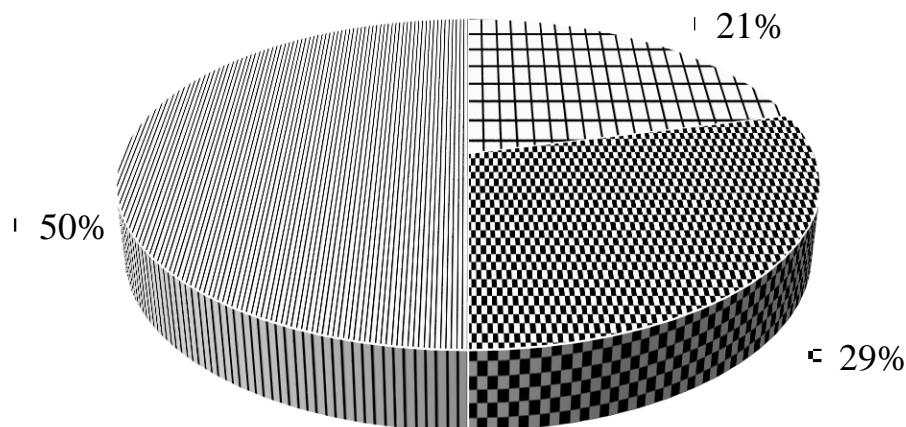





Рис. 4.8 Джерела формування мотивації вибору секції карате (за результатами анкетування), %, n=14:

-  – рекомендації сторонніх осіб, діти яких займаються карате;
-  – інформація зі ЗМІ, мережі Інтернет про корисний вплив занять карате на розвиток дітей;
-  – бажання дитини відвідувати саме секцію карате

Батькам пропонувалось визначити, чи змінився стан їх дітей під впливом занять карате (рис. 4.9).

Аналіз результатів анкетування показав, що у дітей, які займаються карате, змінюється стан: у більшості підвищується рівень фізичного розвитку, покращується самопочуття, таких 11 осіб; у однієї дитини покращилась пам'ять, ще у 3 – змінився психологічний стан (дитина пішла на контакт з тренером), а у інших 3 осіб підвищився рівень соціалізації у суспільстві здорових людей.

Більшість батьків, а саме 13 осіб (85 %), зазначили, що помітили позитивні зміни у характері дитини за той час, що вона відвідує секцію. З них троє (20 %) вважають, що дитина стала спокійнішою, четверо (25 %) помітили покращення настрою, а шестеро батьків (40 %) відповіли, що дитина знає, яким чином захистити себе в загрозовій ситуації.

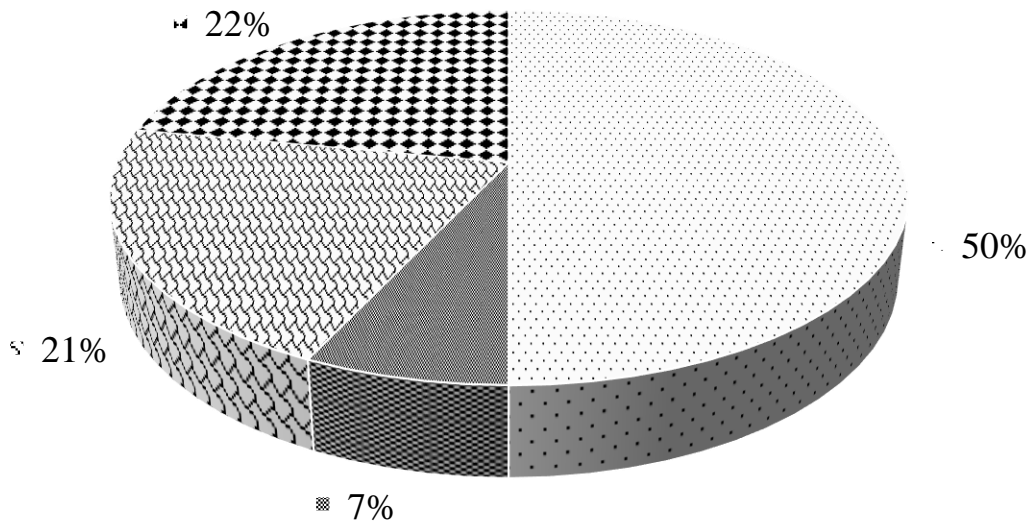






Рис. 4.9 Зміни стану дитини під впливом занять карате (за результатами анкетування), %, n=14:

-  – покращились показники фізичного розвитку;
-  – збільшилися показники інтелектуального розвитку;
-  – покращився психологічний стан дитини;
-  – підвищилися комунікативні здібності

Крім цього, батьки визначали ставлення дитини до спільних занять зі здоровими однолітками (рис. 4.10).

Більшість дітей (8 осіб), в секції знайшли собі нових друзів, 3 дітей знайшли підтримку для себе, 2 – серед каратистів побачили для себе приклади, і тільки 1 дитина відчуває себе не комфортно серед здорових однолітків.

Наступним кроком наших досліджень стало з'ясування ставлення у секції здорових дітей до дітей з вадами (рис. 4.11).

За результатами анкетування визначено, що 7 дітей ставляться до дітей з інвалідністю позитивно, що проявляється насамперед у взаємодопомозі, 5 – проявляють розуміння, але відчувають співчуття, і лише 1 дитина проявляє жалість до людей з вадами та відчуває поряд з ними дискомфорт.

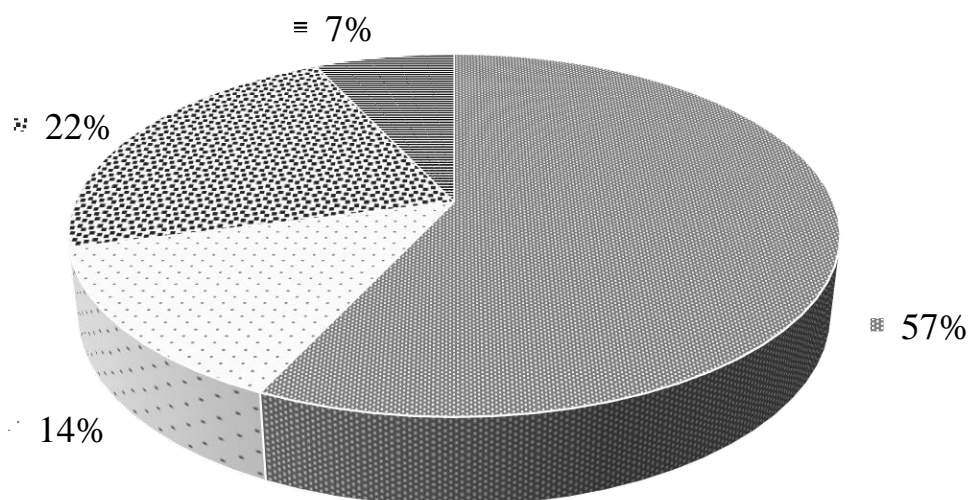






Рис. 4.10 Ставлення дітей з інвалідністю до спільних занять зі здоровими однолітками (за результатами анкетування), %, n=14:

-  – позитивно, вона знайшла нових друзів;
-  – позитивно, тому що з'явилися нові приклади для наслідування;
-  – позитивно, так як отримує підтримку, якої раніше не було;
-  – негативно, так як їй некомфортно у секції зі здоровими дітьми;

На питання, до якого типу особистості та темпераменту відносяться їх діти, респонденти відповіли наступним чином: 22 % (3 особи) вважають, що їх діти – інтроверти, 78 % (11 осіб) – екстраверти. Отже, більшість дітей, що займаються карате (а саме 11) орієнтовані у своїх проявах на зовнішній світ, на оточуючих, і лише 3 дітей з 14 спрямовують свою енергію «в середину», і орієнтовані «на себе».

Батьками було відмічено, що у 13 дітей (92 %) взаємовідносини в секції дружні, і лише у 1 дитини (8 %) виникають конфлікти.

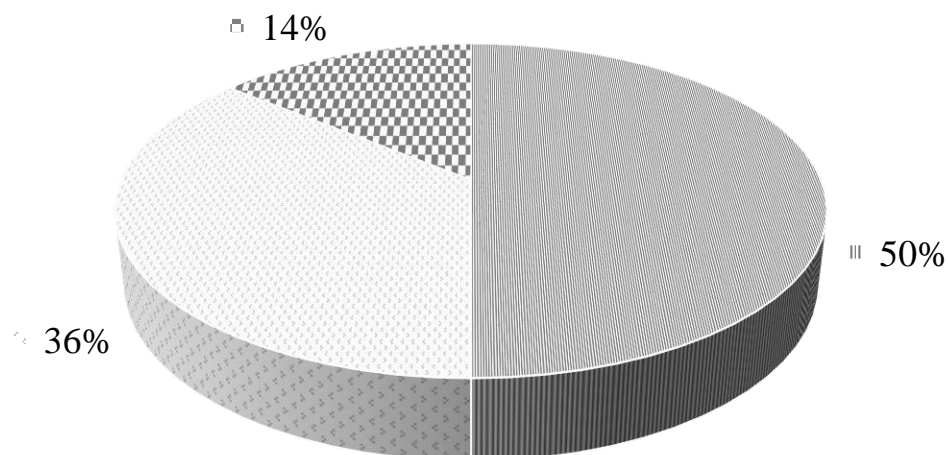





Рис. 4.11 Ставлення здорових дітей до однолітків з інвалідністю (за результатами анкетування), %, n=14:

-  – позитивне;
-  – співчутливе (позитивне);
-  – співчутливе (негативне);

Аналізуючи ставлення батьків до інклюзивного підходу в організації навчально-тренувальних занять з'ясовано, що всі спортсмени в залі виконують завдання поставлене тренером. Спортсмени з інвалідністю працюють в парах зі здоровими спортсменами. На заняттях за представленою навчальною програмою спортсмени з інвалідністю не займаються окремо в іншій частині залу від здорових однолітків та не мають іншої програми. Хоча, батьки зазначають, що здорові спортсмени мають ще додаткові тренування.

Батькам також було поставлено питання, чи їх діти мають досвід участі в змаганнях, і 9 батьків (64 %) відповіли що «Так, мають», відповідно 5 спортсменів (36 %) участі у змаганнях ніколи не брали. З 64 % спортсменів, які виступають на змаганнях, дев'ять (66 %) відповіли, що роблять це із задоволенням, п'ять (34 %) частіше задоволені, ніж ні. Повністю незадоволених немає.

Отже, в процесі дослідження думки батьків щодо впливу занять карате на спортсменів з інвалідністю, виявлено: зміну в їх поведінці під впливом занять

карате, вплив карате на формування життєвих настанов і цінностей, зміну інтересів і хобі спортсменів за час занять карате, та думку батьків з приводу процесу формування інклюзивного підходу до тренувального процесу спортсменів. Соціалізація через заняття спортом виражається у зміні ставлення до навколишнього середовища і формуванні соціальної компетентності особистості, визначаючи моделі поведінки і впливаючи на конкретні базові ціннісні орієнтації.

Таким чином, враховуючи сучасні тенденції розвитку вітчизняного суспільства, базуючись на комплексному аналізі науково-методичної літератури, інформації мережі Інтернет, міжнародних і національних законодавчих документів, результатів проведених досліджень, наступним кроком наших наукових розробок стало розкриття сутності інклюзивного підходу в побудові навчально-тренувального процесу в карате. За результатами проведених досліджень розроблено механізм реалізації інклюзивного підходу в навчально-тренувальному процесі в карате (рис. 4.12), який має свої складові, напрями та форми реалізації.



Рис. 4.12 Механізм реалізації інклюзивного підходу в навчально-тренувальному процесі в карате

Отже, проведені дослідження засвідчили, що заняття в інклюзивній групі карате сприяють:

- прискоренню темпів гуманізації спортивного середовища – практично здорові спортсмени, тренери, батьки, та інші учасники навчально-тренувального процесу, працюючи зі спортсменами з інвалідністю, вчаться приймати їх, спілкуватися з ними, тим самим підвищуючи рівень толерантності та терпимості в суспільстві;
- усуненню соціальних бар'єрів та сегрегації – у спортсменів з інвалідністю з'являється можливість заводити друзів серед однолітків, переймати громадські моделі поведінки тощо;
- соціальній інтеграції осіб з інвалідністю – спілкуючись з однолітками в інклюзивному середовищі, спортсмени з інвалідністю показують кращі результати соціальної взаємодії;
- адаптації навчально-тренувального процесу – забезпечуються умови для задоволення потреб спортсменів з інвалідністю через вдосконалення програмно-методичного забезпечення.

Висновок до розділу 4

1. У ході дослідження визначено специфіку інклюзивного підходу в побудові навчально-тренувального процесу осіб з інвалідністю. Залежно від мети та завдань тренувань, рівня кваліфікації спортсменів та їх нозологічних груп виявлено базові положення організації тренувального процесу: структура, тривалість, періодичність занять, етапи підготовки. На основі отриманої інформації розроблено навчальну програму з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Карате – тренуємося разом». Програма створена на основі навчально-тренувальної програми карате WKF для дитячо-юнацьких спортивних шкіл та розрахована на два роки підготовки. Вона передбачає вивчення теоретичної та практичної частин спортивної підготовки в карате, ґрунтуючись на індивідуальному підході до кожного спортсмена з урахування особливостей нозологічних груп.

2. Визначено ефективність впровадження розробленої навчальної програми, шляхом тестування спортсменів в два етапи. Дослідження проводились серед спортсменів, що мають дитячий церебральний параліч, затримку фізичного розвитку та аутизм. При оцінці фізичного розвитку порівнювались фактичні та нормальні антропометричні показники фізичного розвитку спортсменів. Оцінка фізичної підготовленості проводилась за допомогою батареї тестів, що включає: нахил вперед з положення сидячи, стрибок у довжину з місця, піднімання тулуба в сід та біг на 60 м. Оцінка рівня технічної підготовленості проводилась шляхом виконання ката Хейан-шодан.

3. Для визначення особливостей методичного забезпечення організації навчально-тренувального процесу осіб з інвалідністю проведено експертне оцінювання спеціалістів сфери фізичної культури і спорту. Виявлено головні функції виховання, що реалізуються на заняттях карате (корекційно-компенсаторна, рекреативно-оздоровча, профілактична); основні принципи розвитку осіб з інвалідністю, що реалізуються під час занять (пріоритетна роль соціуму та соціалізація).

4. У ході дослідження проведено анкетування батьків діти яких відвідують спортивну секцію карате. За результатами опитування з'ясовано, що заняття спортом (а саме карате) позитивно впливають на спортсменів і являються не тільки ефективним засобом їх фізичного розвитку, підвищення рівня здоров'я, але і сферою спілкування, можливістю прояву соціальної активності (зміна морально-інтелектуальних характеристик, естетичних ідеалів і ціннісних орієнтацій). Під час впровадження інклюзивного підходу у навчально-тренувальний процес спортсменів формуються соціально-значимі якості особистості. Постійне дотримання спортивного режиму, виконання вказівок тренера, чітка реалізація плану тренувань, занять, суворі правила і норми спортивних поєдинків виробляють у спортсменів високу дисципліну і самодисципліну.

Результати дослідження викладені у цьому розділі представлено у наукових працях [51, 55, 91]

РОЗДІЛ 5

АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

В даному розділі представлені результати власних досліджень, їх узагальнення та аналіз.

Результати досліджень низки фахівців сфери освіти та фізичної культури і спорту [1, 11, 71, 72, 140] свідчать про розвиток інклюзивної освіти в Україні та її закріплення і впровадження на законодавчому рівні. Інклюзивна освіта – це система освітніх послуг, що ґрунтується на використанні інклюзивного підходу до навчального процесу. Реалізація інклюзивного підходу в навчанні – це насамперед системні зміни освітнього процесу, а отже і зміни навчально-тренувальних занять в спорті [30, 35, 46, 51, 186].

Активне залучення осіб з інвалідністю до занять адаптивною фізичною культурою сприяло розвитку багатьох видів адаптивного спорту, зокрема карате. Сьогодні карате є одним з видів спорту, який розширює можливості людей з інвалідністю та сприяє їх соціальній інтеграції. Активне залучення осіб з інвалідністю до занять карате в Україні розпочалося з 2012 року. Основною метою цих занять визначено фізичний розвиток, психологічну підтримку та соціальну адаптацію людей з інвалідністю. Незважаючи на це, спеціалісти з адаптивного спорту та адаптивної фізичної культури засвідчують, що на сьогодні існує проблема підготовки спортсменів з інвалідністю в карате, яка ґрунтується на відсутності програмного забезпечення навчально-тренувального процесу взагалі та в умовах інклюзивного підходу зокрема [43, 44, 45, 52, 57].

Аналіз робіт вітчизняних та зарубіжних авторів [96, 111, 118], а також вивчення нормативно-правових документів міжнародних організацій з питань освіти осіб з інвалідністю [74, 75] показав, що існує декілька підходів до надання освітніх послуг даній категорії людей. Основними є інтеграція та інклюзія. Інтеграція – це об'єднання здорових людей та осіб з інвалідністю, без створення спеціальних умов та адаптивно-розвиваючого середовища, тоді як

інклюзія – це процес реформування освітнього процесу таким чином, щоб він відповідав потребам всіх учнів. В свою чергу, інклюзивна освіта – це безперервний процес розвитку освіти, що визначається, в першу чергу її доступністю. Вона має на меті знайти такий підхід до освітнього процесу, який буде більш гнучким для задоволення різних потреб в навчанні та забезпеченні його ефективності. Впровадження інклюзивної освіти змінює систему освіти загалом та реалізує право дітей з інвалідністю на освіту та розвиток. Крім цього, невід’ємним елементом права на розвиток фізичного і психічного здоров’я є право на заняття спортом для усіх людей без будь-якої дискримінації. Для осіб з інвалідністю заняття фізичною культурою та спортом дають можливість відвідувати спортивні гуртки, секції, активно інтегруватися у суспільстві.

Проаналізувавши державну політику у сфері запровадження інклюзивної освіти, було визначено, що сьогодні на законодавчому рівні в закладах середньої освіти створюються спеціальні та інклюзивні класи, де навчаються діти з особливими освітніми потребами. На рівні держави ухвалюються нормативно-правові акти, які дають можливість виконувати норми і положення законодавства України, що стосуються інклюзивної освіти [76, 96].

Аналіз наукової літератури [6, 7, 68, 145, 170] дозволив з’ясувати, що проблема інклюзії дітей з особливими освітніми потребами в українському освітньому просторі є актуальною. Найбільш досконале і розвинене законодавство у галузі інклюзивної освіти мають такі країни, як: Канада, Кіпр, Данія, ПАР, Іспанія, Бельгія, Швеція, Велика Британія, США. В той же час, досліджено, що в Україні спеціальна освіта має складну, розгалужену й диференційовану систему навчально-виховних (корекційних) закладів, реабілітаційних і медико-педагогічних центрів, навчально-виховних комплексів, спеціальних (корекційних) класів при закладах загальної середньої освіти тощо.

У ході досліджень також визначено, що в адаптивному спорті використовується 3 класифікації спортсменів: медична, функціональна,

гандикапна [9, 10, 36, 41, 98]. В кожному окремому виді спорту є своя класифікація в залежності від представлених нозологій, найчастіше – це функціональна, яка залежить саме від функціонального стану спортсмена, але все ж ґрунтується на загальноприйнятій медичній. Проаналізувавши систему класифікації спортсменів з інвалідністю в карате, треба зазначити, що в карате є дві принципово різні класифікації, які побудовані за принципами та баченням федерацій.

Перша класифікація розроблена федерацією JKS, в якій спортсмени були поділені на 4 групи: спортсмени з ампутаціями кінцівок, з наслідками ДЦП, з вадами розумового та фізичного розвитку та ті, які використовують візок. Це означає, що дана класифікація була складена тільки відповідно до МКХ.

Після розвитку федерації WKF та її перших спроб щодо включення виду спорту в програму олімпійських ігор, почала розроблятися класифікація спортсменів з інвалідністю в карате WKF. Саме ця класифікація зараз діє на чемпіонатах світу та Європи з карате для спортсменів з інвалідністю. В наших дослідженнях було з'ясовано, що класифікація WKF має значні відмінності і є більш ґрунтовною за рахунок того, що спортсмени класифікуються відповідно до МКХ та МКФ. Значною відмінністю класифікації WKF від класифікації JKS є також наявність категорій рівнів інвалідності. Відповідно до них, спортсмени в своїх змаганнях, крім оцінок суддів можуть отримувати додаткові бали відповідно до рівня інвалідності.

У ході досліджень був проведений аналіз системи підготовки спеціалістів сфери фізичної культури та спорту для роботи зі спортсменами з інвалідністю. Дослідження показали, що сьогодні в Україні присутня проблема здобуття освіти (в тому числі і спортивної) особами з інвалідністю. На думку спеціалістів [49, 50, 159, 162], одним з шляхів підвищення ефективності надання освітніх послуг є впровадження саме інклюзивної освіти, яка залежить від компетентності педагогічних та науково-педагогічних працівників, їх готовності працювати з особами з інвалідністю. Паралельно з цим, в сфері фізичної культури та спорту відбувається також переоцінка цінностей роботи

викладача фізичної культури, тренера, реабілітолога. Під час досліджень з'ясовано, що в Україні розвиток адаптивного спорту, а саме його масового напрямку, знаходиться на досить низькому рівні. Більшість досліджень у сфері підготовки спортсменів з інвалідністю [13, 14, 48, 54, 156] належать саме аналізу паралімпійських видів спорту. Наше дослідження направлене на масовий спорт, а програма розроблялась на основі саме інклюзивного підходу.

Дослідження періодизації розвитку карате в світі показало, що карате в Європі почало свій розвиток набагато пізніше, ніж в Японії. Міжнародна федерація, що тоді була створена в Європі – WKF, направила свою діяльність на розвиток спортивного карате як спорту вищих досягнень. Саме це дало поштовх для розробки класифікації спортсменів з інвалідністю в карате, що відповідає стандартам паралімпійського руху [53, 58].

У ході дослідження був проведений порівняльний аналіз розвитку карате в Японії та на Європейському континенті, акцентуючи увагу на: хронологію виникнення та початок розвитку карате на територіях цих держав; появу карате, саме як навчальної дисципліни, у закладах освіти різного рівня; написання та опублікування навчальної та наукової літератури з карате; поширення виду спорту на території держави та за її межами (популяризація); проведення перших змагань за правилами карате та створення міжнародних організацій (федерацій, асоціацій) по розвитку карате в світі. Здійснений аналіз дозволив виявити напрями розвитку карате в Україні. Метою занять карате в Україні не є досягнення найвищого спортивного результату. Завдання тренерів в Україні – розвивати спортсменів як духовно, так і фізично, досягаючи досконалої майстерності, але не порушуючи принципів карате. Саме школа JKS в Україні залишається вірною тим принципам гуманістичного виховання, що заклад Фунакосі, тому, українці практикують спортивне карате з духовною складовою виховання [29, 59, 60, 127, 143].

За результатами проведених досліджень вперше визначені педагогічні умови формування гуманістичного світогляду та критерії, що їх визначають – мотиваційний, когнітивний та діяльнісний. Виділені показники, що визначають

мотиваційний критерій – направленість на отримання найбільших спортивних нагород у світі карате (30,7 %); особистісна (індивідуальна) спрямованість спортсменів (25,3 %) та зацікавленість у подальшому спортивному розвитку (24 %); когнітивний – відвідування теоретичних занять з карате (33,3 %); уміння працювати з літературою та відео-матеріалами (22,7 %) та якість знань професійної термінології та вміння її розуміти і швидко виконувати команди тренера (21,3 %); діяльнісний – формування всебічно й гармонійно розвиненої особистості з високою духовністю, чіткими життєвими орієнтирами, позитивним ставленням до оточення і до самого себе, спроможної самоактуалізуватися у спортивному і особистому житті (25,7 %); самостійність у всіх видах діяльності (23,8 %); фізичне здоров'я, потяг до занять фізичною культурою і спортом (21,6 %).

Аналіз міжнародного практичного досвіду показав, що спортивні навчально-тренувальні заняття (зокрема, карате) для людей з інвалідністю є не тільки засобом їх соціальної адаптації та інтеграції, але й, іноді, можливістю досягнення максимального спортивного результату.

Як демонструють результати наших досліджень, заняття карате для людей з інвалідністю мають різну направленість. З однієї сторони, це спортивне карате, основна мета якого – досягнення найвищого спортивного результату, а з іншої – це карате як різновид адаптивної фізичної культури, мета якого – покращення здоров'я спортсменів, підвищення рівня фізичного розвитку. Крім цього, змагання в спортивному карате дають змогу знайти і сформувати нові знайомства, тим самим підвищуючи рівень соціалізації осіб з інвалідністю; допомагають самореалізуватися, набути впевненості в собі та перебороти свої страхи. А заняття карате як різновидом фізичної активності, в першу чергу покращують фізичну працездатність, рівень здоров'я та фізичного розвитку.

Експертне опитування спеціалістів сфери фізичної культури та спорту встановило, що ключовою особливістю в роботі зі спортсменами з інвалідністю є приналежність до нозологічної групи (50 %). Найбільшою нозологічною групою в карате є спортсмени з порушеннями опорно-рухового апарату та

порушеннями інтелектуального розвитку. Значною за чисельністю є група спортсменів з вадами слуху, але вони мають свою федерацію (зі своїм навчально-тренувальним процесом, правилами змагань тощо) як на міжнародному, так і національному рівнях.

З'ясовано, що кожна нозологічна група характеризується індивідуальним підбором комплексів спеціальних фізичних вправ, рухливих ігор та методів тренування. Більшість тренерів проводять інклюзивні тренування в карате за версією WKF, що пов'язано з розвитком систем тренування та змагання в карате WKF для людей з інвалідністю на міжнародному рівні. Результати дослідження дозволяють стверджувати, що думка тренерів відносно функцій, що реалізуються під час навчально-тренувальних занять, має суперечливий характер, що обумовлено специфікою нозології, з якою вони працюють, та головним завданням занять, а саме: покращенням рівня фізичного розвитку.

За даними експертів, під час реалізації тренувальних занять зі спортсменами з інвалідністю найбільш актуальними є наступні функції: корекційно-компенсаторна, профілактична та рекреативно-оздоровча. В меншій мірі реалізуються: спортивна і змагальна, комунікативна, інтегративна, розвиваюча, виховна та ціннісно-орієнтаційна. Майже не реалізуються: видовищна та естетична, гуманістична. Узгодженим є бачення експертів щодо принципів культурного та духовного виховання для осіб з інвалідністю. Найбільш вагомим принципом для розвитку осіб з інвалідністю є пріоритетна роль соціуму та соціалізація. Менш значимим є принцип гуманістичного виховання.

Проведені дослідження стали основою для розробки навчальної програми з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Карате – тренуємося разом» для осіб з інвалідністю. Опитування тренерів показало, що найбільш розповсюдженими нозологіями серед каратистів з інвалідністю є: ДЦП, затримка фізичного та психічного розвитку та аутизм. В основі програми лежить інклюзивний підхід, який направлений на підвищення якості навчально-тренувального процесу для спортсменів з інвалідністю. Розроблена програма

розрахована на 2 роки навчання та створена на основі навчально-тренувальної програми з карате WKF для дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Представлена програма містить в собі положення початкового та основного рівнів підготовки спортсменів; методичні рекомендації по реалізації та проведенні інклюзивних навчально-тренувальних занять; комплекс психологічних тренінгів; основи навчання базовій техніці карате; фізичні вправи направлені на покращення рівня здоров'я і підвищення рівня фізичної підготовленості та контроль фізичної і технічної підготовки.

Під час проведення дослідження в навчально-тренувальний процес осіб з різним рівнем здоров'я нами була впроваджена навчальна програма «Карате – тренуємося разом». У досліджуваних виявлені достовірні відмінності майже по всім досліджуваним параметрам фізичної та технічної підготовленості. Не було виявлено достовірних відмінностей лише в дослідженні рівня швидкісних можливостей. Під час їх вивчення (тест «Біг на 60 м, сек.») показники достовірно не змінилися.

Підсумовуючи вищесказане, необхідно зазначити, що організація та проведення навчально-тренувальних занять є ефективними за умови правильно підібраних організаційно-методичних рекомендацій по реалізації навчально-тренувального процесу.

У результаті проведених досліджень також встановлена періодичність занять в секції карате. Виявлено, що більшість спортсменів мають два тренування на тиждень (71 %), інші – три тренування (29 %). Що стосується проведення тренувань, то всі 100 % батьків відповіли, що всі спортсмени в залі виконують одне завдання, поставлене тренером. Спортсмени з інвалідністю працюють в парах зі здоровими спортсменами. Хоча, батьки не заперечують, що здорові спортсмени мають також додаткові тренування.

Був досліджений вплив занять карате на спортсменів. Респондентами відмічено, що у більшості спортсменів підвищився рівень фізичного розвитку та покращилось самопочуття (50 %), покращилась пам'ять (7 %), змінився

психологічний стан (спортсмен пішов на контакт з тренером) (21 %), підвищився рівень соціалізації у суспільстві здорових людей (22 %).

Під час дослідження з'ясувалося ставлення спортсменів до спільних тренувань зі здоровими. 57 % спортсменів в секції карате знайшли собі нових друзів, 22 % – знайшли підтримку для себе, 14 % – побачили для себе приклади, і тільки 7 % спортсменів відчували себе не комфортно серед здорових.

Було з'ясовано ставлення здорових спортсменів до спортсменів з інвалідністю. За результатами анкетування визначено, що 50 % респондентів ставляться до спортсменів з інвалідністю позитивно, що проявляється, насамперед, у взаємодопомозі, 36 % – проявляють розуміння, але відчують співчуття, і лише 14 % проявляють жалість до людей з інвалідністю та відчують поряд з ними дискомфорт.

Опитування батьків показало, що протягом занять в секції карате відбулися позитивні зміни у характері дитини (85 %). З них, 20 % вважають, що дитина стала спокійнішою, 25 % помітили покращення настрою, а 40 % батьків відповіли, що дитина знає, яким чином захистити себе в загрозовій ситуації. В результаті опитування виявлено, що 83 % повністю задоволені впливом занять карате на спортсменів з інвалідністю, 8 % – задоволені частково, і 9 % не змогли дати відповідь на поставлене питання.

Таким чином, під час досліджень було виділено три групи даних:

1) новими даними є:

- розкрито сутність та механізм реалізації інклюзивного підходу в побудові навчально-тренувального процесу в карате;

- виділено основні форми реалізації інклюзивного підходу в навчально-тренувальному процесі;

- виокремлено теоретичне підґрунтя впровадження інклюзивного підходу до побудови навчально-тренувального процесу осіб з інвалідністю в карате;

- виділено періоди становлення та розвитку карате для осіб з інвалідністю в світі та в Україні;

- обґрунтовано педагогічні умови формування гуманістичного світогляду у спортсменів з інвалідністю в карате;

- виділено ключові відмінності організації навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю і практично здорових спортсменів;

- з'ясовано ефективність впливу тренувальних занять на спортсменів, що займаються в інклюзивній групі карате.

- розроблена навчальна програма в карате з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Карате – тренуємося разом».

2) доповнюють відомості про:

- особливості підготовки науково-педагогічного та тренерського персоналу для роботи зі спортсменами з інвалідністю [15, 30, 31, 44, 45];

- специфіку навчально-тренувальних занять зі спортсменами з інвалідністю [1, 46, 81, 95, 101, 150, 162];

- вплив карате на поведінку спортсменів, формування життєвих настанов і цінностей, зміну інтересів і хобі [2, 27, 29, 143, 153, 186];

- основні проблеми розвитку адаптивної фізичної культури та спорту в Україні [14, 48, 90, 101, 134, 137].

3) підтверджують, що:

- побудова навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю має свою специфіку у порівнянні зі здоровими спортсменами [62, 143, 152, 154];

- інклюзивний підхід до побудови навчального процесу в освіті є ефективним засобом побудови тренувального процесу в спорті [6, 88, 99, 140, 145];

- заняття осіб з інвалідністю в інклюзивній групі карате позитивно впливає на підвищення рівня соціалізації, рівня фізичного розвитку та стану здоров'я [28, 39, 62, 89, 176, 182];

- існує потреба у розвитку масового адаптивного спорту на території України [14, 48, 64, 90, 134];

- існує потреба у підготовці кваліфікованих фахівців з адаптивної фізичної культури, тренерів з адаптивних видів спорту через розробку теоретико-методичних засад підготовки [31, 44, 45, 85, 124];

- необхідні зміни у законодавстві України щодо осіб з інвалідністю [54, 96].

ВИСНОВКИ

1. Аналіз міжнародних та вітчизняних наукових досліджень у сфері фізичної культури і спорту, а також вивчення нормативно-правової бази України та країн Європейського союзу з питань освіти осіб з інвалідністю показав, що існує декілька підходів до побудови навчального та навчально-тренувального процесу осіб з інвалідністю. Починаючи з 2017 р. в Україні в закладах початкової та середньої освіти формується підґрунтя впровадження системи інклюзивного навчання. Система інклюзії передбачає створення освітнього середовища, що відповідає індивідуальним інтелектуальним, фізичним та психічним потребам будь-якої дитини без винятку. Аналогічний підхід використовується і в побудові навчально-тренувального процесу осіб з інвалідністю в карате. Основною метою даного процесу є проведення спільних тренувальних занять осіб з інвалідністю та їх практично здорових однолітків задля соціалізації перших та гуманізації других, а також підвищення показників рівня фізичного розвитку та фізичної підготовленості. Водночас, сьогодні питання інклюзивного підходу в спорті, зокрема, в карате залишається недостатньо вивченим, що й обумовлює необхідність вдосконалення навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю в карате в умовах інклюзивних занять задля їх соціальної інтеграції та гуманізації оточуючих.

2. Важливою проблемою, що негативно впливає на ефективність організації навчально-тренувального процесу осіб з інвалідністю в спорті та в карате зокрема, є відсутність якісної підготовки майбутніх тренерів з адаптивної фізичної культури та спорту. Аналіз системи підготовки фахівців показав, що процес отримання освіти є недосконалим. По-перше, в українському класифікаторі професій відсутня спеціалізація «фахівець з адаптивної фізичної культури та спорту». По-друге, кількість дисциплін, що викладаються профільними ЗВО є недостатньою, щоб підготувати висококваліфікованих спеціалістів для роботи з особами з інвалідністю, які є конкурентоспроможними на ринку праці. Розробка теоретико-методичних засад

підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту для роботи з особами з інвалідністю та формування необхідних компетентностей у майбутніх спеціалістів щодо роботи в умовах інклюзивного навчально-тренувального процесу сприятиме вирішенню наявних проблем.

3. Становлення та розвиток карате для осіб з інвалідністю в світі та Україні відбуваються під впливом загальних передумов розвитку карате в Японії, на Європейському континенті та в Україні зокрема. Відповідно до цього побудова навчально-тренувального процесу, організація змагань та класифікація спортсменів мають свою специфіку. Головною відмінністю в процесі підготовки спортсменів в карате в різних країнах світу є саме гуманістична складова. Зокрема, основним завданням навчально-тренувального процесу спортсменів в Японії є уніфікація методів навчання для широких верств населення та розвиток гуманістичної складової карате. Зазначені особливості обумовлені впливом культурних традицій Японії та створенням федерації карате JKA (1948 р.), яка орієнтується на гармонійне зростання індивіда, що передбачає не лише його фізичний розвиток, а моральний і духовний. Становлення європейського карате є вузькоспеціалізованим, а навчально-тренувальний процес спрямований на досягнення найвищого спортивного результату. Європейська специфіка зумовлена діяльністю міжнародної федерації карате WKF (1999 р.) та національних організацій. В Україні навчально-тренувальний процес будується за принципом об'єднання найкращих традицій японського та європейського карате, що стало можливим саме завдяки наявності в Україні різноманітних за направленістю спортивних федерацій карате. Спортсмени в Україні мають можливість обрати для себе відповідну своїм потребам систему виховання: прикладну, спортивну, оздоровчу тощо.

4. У сучасному адаптивному спорті класифікація спортсменів з інвалідністю здійснюється у відповідності до «принципу рівності», забезпечуючи усім однакові можливості, необхідні для досягнення найвищого спортивного результату. Класифікація передбачає розподіл спортсменів за

медичним діагнозом та функціональними можливостями. Виділяють три види класифікації: медичну, функціональну та гандикапну. Проаналізовано програми змагань з карате та визначено, що класифікація спортсменів за правилами WKF здійснюється за трьома категоріями для спортсменів, які змагаються в ката. А саме: спортсмени, які використовують візок; спортсмени з вадами зору та спортсмени з вадами розумового та фізичного розвитку. За правилами JKS класифікація спортсменів представлена такими групами: спортсмени з ампутаціями (3 групи), спортсмени з наслідками церебрального паралічу, спортсмени з вадами розумового розвитку та спортсмени, які пересуваються на візках. Отже, в карате, як і в інших адаптивних видах спорту для організації змагань та побудови навчально-тренувального процесу використовуються функціональні класифікації, які спираються на загальноприйнятту медичну.

5. З метою обґрунтування педагогічних умов формування гуманістичного світогляду у каратистів шляхом експертного опитування, визначалися критерії гуманістичного виховання, які лягли в основу формування навчально-тренувального процесу каратистів. За даними експертів, найбільш вагомими серед мотиваційних критеріїв є: направленість на отримання найбільших спортивних нагород у світі карате (30,7 %), особистісна (індивідуальна) спрямованість спортсменів (25,3 %) та їх зацікавленість у подальшому спортивному розвитку (24 %). Серед когнітивних: відвідування теоретичних занять з карате (33,3 %), уміння працювати з літературою та відео-матеріалами (22,7 %) та якість знань професійної термінології та вміння її розуміти і швидко виконувати команди тренера (21,3 %). Головними для виявлення діяльнісного критерію є: формування всебічно й гармонійно розвиненої особистості з високою духовністю, чіткими життєвими орієнтирами, позитивним ставленням до оточення і до самого себе, спроможної самоактуалізуватися у спортивному і особистому житті (25,7 %), самостійність у всіх видах діяльності (23,8 %) та фізичне здоров'я, мотивація до занять фізичною культурою і спортом (21,6 %).

6. Організація навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю і практично здорових спортсменів має значні відмінності. По-

перше, в тренувальному процесі спортсменів з інвалідністю значне місце займає психологічна та фізична підготовка, тоді як у практично здорових це в рівній мірі фізична, технічна, тактична та психологічна підготовка. По-друге, серед засобів спортивної підготовки у спортсменів з інвалідністю переважають загально-підготовчі та допоміжні, в протипагу спеціально-підготовчим та змагальним у практично здорових (що пов'язано із складністю виконання завдань). По-третє, в спортивному тренуванні осіб з інвалідністю найчастіше використовуються наочні (показ вправ та їх елементів тренером або кваліфікованим спортсменом) та практичні (спрямовані на розвиток рухових якостей) методи. В меншій мірі в карате для спортсменів з інвалідністю використовуються словесні методи із застосуванням спеціальної термінології в поєднанні з наочними методами. Група практичних методів спрямована на засвоєння спортивної техніки (формування рухових умінь і навичок) представлена в тренувальному процесі як практично здорових спортсменів, так і спортсменів з інвалідністю. Структура практичних методів тренування спортсменів в обох випадках представлена в рамках основних методів – безперервного, інтервального, ігрового та змагального.

7. За результатами експертного опитування фахівців у сфері фізичної культури та спорту визначено структуру і зміст (організаційно-методичне забезпечення та соціальну спрямованість) навчально-тренувального процесу осіб з інвалідністю в карате та виокремлено специфічні складові побудови процесу підготовки спортсменів з інвалідністю, а саме: адаптація програмно-методичного забезпечення виду спорту для осіб з інвалідністю; гуманізація спортивного середовища та соціальна інтеграція каратистів з інвалідністю у це середовище. В процесі дослідження виділено основні форми реалізації інклюзивного підходу в навчально-тренувальному процесі, такі як: проведення спільних навчально-тренувальних занять з карате серед спортсменів з інвалідністю та практично здорових спортсменів, забезпечення спільних виступів на змаганнях, що інтегровані в систему змагальної діяльності спортсменів-каратистів, покращення системи підготовки тренерів та

викладачів, які тренують та навчають спортсменів з інвалідністю разом з практично здоровими спортсменами. На підставі отриманих результатів розроблена навчальна програма з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Карате – тренуємося разом», що в своїй структурі використовує адаптовані засоби, методи, принципи та функції під час навчально-тренувальних занять з карате та побудована на інклюзивному підході.

8. Експериментальна перевірка навчальної програми з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Карате – тренуємося разом», що побудована на інклюзивному підході, показала та довела позитивні зміни показників рівня фізичного розвитку та фізичної і технічної підготовленості осіб з інвалідністю. Проведення порівняльно-послідовного експерименту II порядку виявило зростання результатів середніх показників зросту досліджуваних на 10 %. При проведенні порівняльно-послідовного експерименту II порядку досліджувані спортсмени оволоділи правильною технікою виконання запропонованих вправ та в повному обсязі виконали всі запропоновані фізичні тести, не допускаючи помилок у виконанні. Показники тесту «Нахил вперед з положення сидячи» покращився в цілому на 73,1 %, «Стрибок у довжину з місця» на 2,3 %, «Піднімання тулуба в сід, 1 хв.» на 33,4 %. Показники тесту технічної підготовленості, а саме виконання ката Хейан-шодан покращились на 4,2 %. Підвищення рівня фізичного розвитку та технічної підготовленості спортсменів свідчить про правильність підібраних вправ і методик в програмі, про адекватність навантаження та доцільність використання запропонованої методики при роботі з особами з інвалідністю (зокрема з діагнозом ДЦП, ЗФР та аутизм).

9. На основі опитування батьків, діти яких займаються карате, з'ясовано ефективність впливу занять за навчальною програмою «Карате – тренуємося разом» на спортсменів з інвалідністю. Зокрема визначено: зміни в їх поведінці під впливом занять карате (64 % дітей тренуються свідомо і без контролю батьків, 21 % відвідує заняття під контролем), вплив карате на формування

життєвих настанов і цінностей, зміна інтересів і хобі спортсменів за час занять карате (93 % дітей перед тренуванням мають позитивний настрій, і лише 7% настроєні негативно). Крім цього, в ході опитування батьків відмічено і позитивне (93 % від загальної кількості респондентів) ставлення спортсменів з інвалідністю до інклюзивних занять карате. Під час спільних занять спортсмени з інвалідністю знаходять собі нових друзів, відчують дружню підтримку, якої раніше не мали та, отримавши її, ставлять перед собою нові цілі та завдання. З іншого боку здорові спортсмени отримавши досвід інклюзивних тренувальних занять роблять акцент на тому, що такі заняття побудовані насамперед на взаємоповазі, взаємодопомозі та взаєморозумінні.

Перспективи подальших досліджень спрямовані на впровадження в інклюзивний навчально-тренувальний процес отриманих результатів щодо методичного забезпечення занять та підготовка методичних рекомендацій для тренерів з карате та адаптивного спорту вцілому.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адирхаєв СГ. Сучасна технологія фізичного виховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я в умовах інклюзивної освіти. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2016;(1):4-12.
2. Аксенов, Э. Каратэ: от белого пояса к черному. Традиционная техника и приемы уличной самозащиты. Litres, 2019.
3. Ашанин ВС., Литвиненко АН. Индивидуализация технической подготовки квалифицированных каратистов. Физическое воспитание студентов. 2011;(1):7-10.
4. Баранов МВ. Классификационные признаки техники каратэ-до. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2010;(3):67-70.
5. Барановська ЛВ, Барановський ММ. Концептуальний аспект навчання дорослих в системі вищої освіти України. Вісник Національного авіаційного університету. 2014;5(1):14–19.
6. Близнюк ОА. Формирование понятия «Инклюзивное образование» в зарубежной педагогике в контексте развития инклюзии. Педагогика. Вопросы теории и практики. 2016;4:20-24.
7. Богінська ЮВ. Законодавче забезпечення доступності вищої освіти в європейських державах для осіб з обмеженими можливостями. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: зб. наук. Праць. 2009;6:8.
8. Боднар ЯБ. Гуманізм та мир – головні ідеї олімпійського руху. Олімпійський рух на теренах Західної України – минуле та сьогодення. 2017:12.
9. Бойко ГМ, Максимова ОМ. Медико-психологічна класифікація спортсменів-інвалідів різних нозологічних груп. Світ медицини та біології. 2005;(9):34-39.

10. Бойко ГМ. Психологічна класифікація спортсменів з вадами розумового та фізичного розвитку. Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. 2006;(5):8-13.
11. Борисова ОВ, Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Проблеми та перспективи розвитку інклюзивної освіти в Україні. Фізична активність і якість життя людини: зб. тез доп. ІІ Міжнар. наук.-практ. Конф; 2018 22-24 травня. Луцьк. Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки: 2018:56
12. Брискин Ю. Идеи олимпизма в спорте инвалидов. Наука в олимпийском спорте. 2007;2:137-41.
13. Брискин Ю. Специфика целево – результативных отношений параолимпийского спорта. Адаптивная физическая культура. 2002;2:27–9.
14. Брискин ЮА, Евсеев СП, Передерий АВ. Адаптивный спорт. Москва: Спорт без границ; 2010.314 с.
15. Бріскін Ю, Передерій А, Пітин М. Методичне забезпечення системи підготовки спортсменів Спеціальних Олімпіад. Український журнал медицини, біології та спорту. 2017;(1):200-208.
16. Бріскін ЮА, Передерій АВ, Розторгуй МС. Детермінуючі чинники та напрями вдосконалення класифікації у паралімпійському пауерліфтингу. Теорія та методика фіз. виховання і спорту. 2008;(8):30-35.
17. Бріскін ЮА, Передерій АВ, Розторгуй МС. Шляхи вдосконалення класифікації в паралімпійському пауерліфтингу. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2009;(1):3-6.
18. Верховна Рада України. Закон України «Про вищу освіту» (станом на 16 січня 2020 року). Київ: Офіційний вісник України; 2020. 88 с.
19. Верховна Рада України. Закон України «Про дошкільну освіту» (станом на 16 липня 2019 року). Київ: Офіційний вісник України; 2019. 27 с.
20. Верховна Рада України. Закон України «Про загальну середню освіту» (станом на 9 серпня 2019 року). Київ: Офіційний вісник України; 2019. 27 с.

21. Верховна Рада України. Закон України «Про освіту» (станом на 16 січня 2020 року). Київ: Офіційний вісник України; 2020. 104 с.
22. Верховна Рада України. Закон України «Про основи соціальної захищеності осіб з інвалідністю в Україні» (станом на 13 лютого 2020 року). Київ: Офіційний вісник України; 2020. 24 с.
23. Верховна Рада України. Закон України «Про охорону дитинства» (станом на 9 серпня 2019 року). Київ: Офіційний вісник України; 2019. 25 с.
24. Верховна Рада України. Закон України «Про позашкільну освіту» (станом на 16 січня 2020 року). Київ: Офіційний вісник України; 2020. 24 с.
25. Верховна Рада України. Закон України «Про професійно-технічну освіту» (станом на 1 січня 2019 року). Київ: Офіційний вісник України; 2019. 31 с.
26. Верховна Рада України. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (станом на 16 липня 2019 року). Київ: Офіційний вісник України; 2019. 34 с.
27. Виноградов ОВ. К вопросу о философских основах восточных единоборств. Международный научно-исследовательский журнал. 2017;4(2):58.
28. Глоба ОП., Полулященко ЮМ, Білоус ВН. Програма соціалізації осіб з порушеннями опорно-рухового апарату. Education and pedagogical sciences. 2014;1:44-50.
29. Глухов СТ, Лукавенко АВ, Усков СВ. Религиозно-философские основы учебно-воспитательного процесса боевых искусств Дальнего Востока. Проблемы современного педагогического образования. 2018;58:1.
30. Гончаренко ЄВ. Дидактика тренувальних занять зі спортсменами, які мають відхилення розумового розвитку. Спорт. вісник Придніпров'я. 2010:31-34.
31. Гончаренко ЄВ. Дидактичні особливості проведення тренувальних занять зі спортсменами, які мають відхилення розумового розвитку [дисертація] Київ: Нац. ун-тет фіз. виховання і спорту України; 2011.162 с.

32. Грицкевич РА, Воскобойников АН, Мурынчик ЕС. Предрасположенность детей с нарушением слуха к плаванию по результатам антропометрии и контрольно-педагогического тестирования. Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. 2020;11:156-160.
33. Денисова ЛВ, Хмельницкая ИВ, Харченко ЛА. Измерения и методы математической статистики в физическом воспитании и спорте: учеб. пособие для вузов. Киев: Олимпийская литература; 2008. 127 с.
34. Державна служба статистики України. Показник інклюзії в Україні [Інтернет]. Київ: ДССУ ; 2018 [оновлено 2018 Січ. 10; цитовано 2019 Гру 20]. Доступно: <http://www.ukrstat.gov.ua/>
35. Дідух ВП, Когут ІО. Програмно-методичне забезпечення діяльності ДЮСШ: стан, проблеми. Матеріали Х Міжнародної наукової конференції «Молодь та олімпійський рух». 2017:83.
36. Евсеев С, Аксенова О. Понятийный аппарат и классификация профессиональноориентированных видов двигательной деятельности в адаптивном спорте. Наука в олимпийском спорте. 2006;(1):31-33.
37. Евсеев С, Евсеева О. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре. Москва: Litres; 2017. 440 с.
38. Завальнюк О. Спорт як чинник становлення морально-вольових якостей особистості. Вісник Інституту розвитку дитини. 2014;35:36-41.
39. Зарубінська ІБ. Дослідження соціального інтелекту: ретроспективний аналіз. Вісн. Нац. авіац. унту. Серія: Педагогіка, Психологія. 2013;4:76.
40. Заулошнов В. Использование метода идеомоторной настройки для повышения надежности выполнения технических комплексов - ката в каратэ-до. Молода спортивна наука України. 2013;17(1).79-82.
41. Зотин ВВ, Мельничук АА. Классификация спортсменов в адаптивном спорте. Курганский гос. ун-т. 2014:125-129.

42. Идрисова ГЗ. Функциональная классификация спортсменов-паралимпийцев в практике врача по спортивной медицине. Спортивная медицина: наука и практика. 2014;(4):109-115.

43. Іваній ІВ. Розвиток у професійній фізкультурній освіті акмекультурологічного потенціалу майбутнього фахівця. Science and Education a New Dimension, Pedagogy and Psychology. 2018;67(163):34-38.

44. Імас Є, Борисова О, Когут І. Особливості змісту професійної підготовки фахівців сфери фізичної культури та спорту щодо роботи з особами з інвалідністю. Фіз. виховання, спорт і культура здоров'я у суч. сус. : зб. наук. пр. Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. 2016;3(35):17–25.

45. Карпюк Р. П. Професійна підготовка майбутніх фахівців з адаптивного фізичного виховання: теорія та методика: монографія. Луцьк: ВАТ «Волинська обласна друкарня»; 2008. с. 504.

46. Когут ІА, Маринич ВЛ. Организационное обеспечение физкультурно-оздоровительной работы со студенческой молодежью во внешкольных учебных заведениях. Физическое воспитание студентов. 2016;(4):12-23. <https://doi.org/10.15561/20755279.2016.0402>

47. Когут ІА. Образование спортсменов-инвалидов как фактор социальной адаптации. Актуальные проблемы теории и методики физической культуры, спорта и туризма: материалы III международной научно-практической конференции молодых ученых; 2008 4–5 июня 2008. Минск. ГУФК:2008:459-462.

48. Когут ІА. Паралимпийский спорт в Украине: проблемы и перспективы развития. «Современные проблемы физической культуры и спорта»: Сборник статей Международной научно-практической конференции. 2008:37–39.

49. Когут І, Маринич В, Чебанова К. Впровадження інклюзивного навчання у фізкультурно-оздоровчі, спортивні та інші заклади освіти. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2020;1:117-127 DOI:

10.32652/tmfvs.2020.1.117-127. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

50. Когут І, Маринич В, Чебанова К. Загальні положення інклюзивної освіти як сучасного соціально-педагогічного феномену та підґрунтя для соціальної інтеграції спортсменів з інвалідністю. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017;2:20-26. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

51. Когут І, Маринич В, Чебанова К. Методологічне та методичне забезпечення організації інклюзивного навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю в карате. Теорія та методика фізичного виховання. 2021;21(2):121-128. DOI: 10.17309/tmfv.2021.2.04. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Scopus.

52. Когут І, Маринич В, Чебанова К. Сутність підготовки тренера для роботи зі спортсменами з інвалідністю. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017;3:20-25. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

53. Когут І, Маринич В, Чебанова К. Сучасні підходи до класифікації спортсменів з порушеннями опорно-рухового апарату в карате. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2019;1:9-15. DOI: 10.32652/tmfvs.2019.1.9-15. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

54. Когут І. Державна підтримка спорту інвалідів в Україні. Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. 2007;11(5):167–172.

55. Когут І. О., Маринич В. Л., Чебанова К. В. Підготовка спортсменів з інвалідністю для участі у змаганнях з карате у розділі «Ката». Фізична активність і якість життя людини: зб. тез доп. II Міжнар. наук.-практ. Конф; 2019 11–13 червня. Луцьк. Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки: 2019:83.

56. Когут ІО, Гончаренко ЄВ. Волонтерська програма Спеціальних Олімпіад «Об'єднаний спорт» як чинник соціальної адаптації осіб з

відхиленнями розумового розвитку. Вісник запорізького національного університету. 2013;1(10):196-199.

57. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Актуальні проблеми професійної підготовки фахівців з фізичної культури та спорту для роботи з особами з інвалідністю в Україні. Молодь та олімпійський рух: Збірник тез доповідей XI Міжнародної конференції молодих вчених; 2018 10 – 12 квітня. Київ. НУФВСУ: 2018:266-267.

58. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Впровадження класифікації спортсменів з порушеннями опорно-рухового апарату для всесвітньої федерації карате на національному рівні. Молодь та олімпійський рух: Збірник тез доповідей XII Міжнародної конференції молодих вчених; 2019 17 травня. Київ. НУФВСУ: 2019:24-25.

59. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Еволюція ката на візках: від Асаї Сенсея до Паралімпійських ігор. Молодь та олімпійський рух: Збірник тез доповідей X Міжнародної конференції; 2017 24-25 травня. Київ. НУФВСУ: 2017:208-210.

60. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Історія та перспективи розвитку карате для спортсменів з інвалідністю. Спорт та сучасне суспільство: Матеріали X Міжнародної наукової інтернет-конференції; 2017 3 березня. Київ. НУФВСУ. 2017:203-206.

61. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Педагогічні умови формування соціально-гуманістичного світогляду у спортсменів, які тренуються в карате. Молодь та олімпійський рух: Збірник тез доповідей XIII Міжнародної конференції молодих вчених; 2020 16 травня. Київ. НУФВСУ: 2020:22-24.

62. Когут ІО, Ярмоленко МА. Соціальні аспекти навчально-тренувальної діяльності футболістів Спеціальних Олімпіад в Україні. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2015 Квітень 30;2(46):85-90.

63. Когут Ю. Морально-етичні аспекти в спорті інвалідів. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2007;11:28–30.
64. Когут Ю. Соціально-гуманістичні засади розвитку адаптивної фізичної культури в Україні: монографія. Львів: СПОЛОМ; 2015. с. 284.
65. Когут ИА, Гончаренко ЕВ, Применко СП. Сущность социально-ориентированной работы с инвалидами. Сборник материалов Международной научно-практической конференции: «Молодые ученые – науке о физической культуре и спорте». 2012:75-77.
66. Когут ИА, Гончаренко ЕВ. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в развитии, на тренировочных занятиях. Материалы XI Международного научного конгресса «Современный олимпийский спорт и спорт для всех»; 2007 10–12 окт. Минск. БГУФК: 2007:351-353.
67. Когут І, Гончаренко Є. Роль волонтерської програми Спеціальної Олімпіади «Об'єднаний спорт» у формуванні соціального капіталу. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2015;1:99-104.
68. Когут І, Маринич В. Традиційні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти різних країн світу. Теорія і методика фізичного виховання. 2013;2:81-86.
69. Когут Ю. Гуманізація освіти та суспільства як передумова формування теорії адаптивної фізичної культури. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2014;1:32-36.
70. Когут Ю. Соціальна інтеграція осіб з інвалідністю та роль адаптивної фізичної культури в її реалізації. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2014;4:61-66.
71. Колупаєва АА, Таранченко ОМ, Білозерська ІО. Основи інклюзивної освіти: навч.-метод. посіб. Київ: А. С. К; 2012. 308 с.
72. Колупаєва АА. Інклюзивна освіта: реалії та перспективи: монографія. Київ: Самміт-книга; 2009. с. 272.

73. Коляда Н, Кравченко О, Назар С. Соціально-психологічна реабілітація дітей та молоді з особливими освітніми потребами в Україні. Соціальна робота та соціальна освіта. 2020;5:13-25.

74. Конвенція «Про права дитини» : резолюція Генеральної Асамблеї ООН від 21.12.95 № 50/155 (Про зміну до Конвенції про права дитини) [Електронний ресурс] – Режим доступу : http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/995_b10 (дата звернення: 25.08.2019). – Назва з екрана.

75. Конвенція про права інвалідів. Резолюція Генеральної Асамблеї ООН № 61/106, прийнята на шістдесят першій сесії ГА ООН [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.un.org.ua/ua/disabilities> (дата звернення: 25.08.19). – Назва з екрана.

76. Концепція розвитку інклюзивної освіти в Україні [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://osvita.ua/legislation/Ser_osv/9189/. (дата звернення: 25.08.19). – Назва з екрана.

77. Костенко ТМ. Психологічний супровід сімей осіб з інвалідністю по зору. Педагогіка та психологія. 2020;63:92-102.

78. Костюкевич ВМ, Шинкарук ОА, Воронова ВІ, Борисова ОВ. Основи науково-дослідної роботи здобувачів вищої освіти зі спеціальності «Фізична культура і спорт»: навч. Посіб. Київ: Олімп. Літ.; 2018. 528 с.

79. Крисюк Г. Психологічний захист молоді з інвалідністю: зарубіжний досвід. Психологія праці; інженерна психологія. 2017;1413:40.

80. Лист Міністерства освіти і науки України № 1/9-498 «Щодо методичних рекомендацій щодо навчання дітей з особливими освітніми потребами в 2019/2020 н. р.» Київ: МОН України; 2019 [оновлено 2019 Сер 5, цитовано 2020 Тра 20]. Доступно: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/inkluzyvne-navchannya/2019/08/07/rekomendatsiiorganizatsiya-navchannyaoop.pdf>

81. Маринич ВЛ, Когут ІО. Фізкультурно-оздоровча робота в закладах освіти міста Києва: стан та перспективи розвитку. Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. 2013;26(1):73-78.

82. Маринич ВЛ, Когут Ю. Аналіз інноваційних підходів організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти. Спортивний вісник Придніпров'я. 2013;1:28-35.

83. Маринич ВЛ, Когут Ю. Зміст та форми організації фізкультурно-оздоровчої роботи в позашкільних навчальних закладах. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2014;3:58-63.

84. Мартинюк Т. Сутнісні характеристики діяльнісної складової процесу соціальної інтеграції осіб з інвалідністю. Сучасний світ і незрячі: освіта, професійне становлення і соціальна взаємодія: Матеріали ІХ Міжнародної науково-практичної конференції; 2019 24-26 вересня. Луцьк: 2019:97.

85. Матвеев С, Когут І, Борисова О, Маринич В. Кадровая политика в адаптивном спорте: социально-гуманистический аспект. Мат. ХІХ Междунар. научн. конгр. «Олимпийский спорт и спорт для всех». 2015:179–183.

86. Матвеев С, Радченко Л, Когут І. Проблема гуманізму в сучасному спорті. Теорія і методика фіз. виховання і спорту. 2009;2:33-37.

87. Матрос ОО. Основні засади соціального захисту та соціально-педагогічної інтеграції осіб з інвалідністю в Україні: переваги та проблеми. Наукові записки. Серія: Педагогічні науки. 2019;178:128-133.

88. Мельничук О. Місце інклюзії в процесі інтеграції дітей з особливими потребами в соціум. Національна освіта в стратегіях соціокультурного вибору: теорія. 2020:200.

89. Мисак Б, Балан А. Соціалізація дітей з особливими освітніми потребами в шкільному середовищі. ББК 74.66, 2018. 112 с.

90. Морозов ЮС. Актуальные проблемы паралимпийского спорта. Научные основы современного прогресса. 2017:116-121.

91. Навчальна програма з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Карате – тренуємося разом» (авт. Когут Ю, Маринич ВЛ, Чебанова К В.) «Схвалено для використання в позашкільних навчальних закладах» (протокол засідання науково-методичної комісії з позашкільної

освіти Науково-методичної ради з питань освіти МОН України від 26.06 2019 № 2; лист ІМЗО від 08.07.2019 № 22.1/12-Г-588).

92. Накаяма М. Динамика каратэ. Москва: ФАИРПРЕСС, 2003. 300 с.
93. Накаяма М. Практическое каратэ для всех. Москва: ФАИР-ПРЕСС, 2002. 286 с.
94. Начинская СВ. Основы математической статистики. Киев: Вища школа, 1987. 189 с.
95. Отравенко О. Інноваційні методи навчання як основа якісної професійної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури. Відкрите освітнє е-середовище сучасного університету. 2019:222-230.
96. Палатний АЛ. Базове нормативно-правове забезпечення розвитку спорту (на прикладі олімпійських спортивних єдиноборств). В: Вісник Запорізького національного університету. Серія: Фізичне виховання та спорт. Зб. Наук. Пр. Запоріжжя. 2017;2:94-103.
97. Пасічник ВМ. Специфічні принципи фізичного виховання дітей дошкільного віку в умовах інклюзивної освіти. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2017;4:203-208.
98. Передерій АВ, Розторгуй МС. Класифікація в паралімпійському спорті за допомогою гандикапу. Фізична активність, здоров'я і спорт. 2011;1(3):41–49.
99. Перфільєва МВ. Інклюзивна освіта – крок назустріч рівноправності. Тези доповідей VII Всеукр. науково-практ. конф.; 2012 Квіт. 27; Хмельницький. Хмельницький інститут соціальних технологій Університету «Україна»; 2012. 338 с.
100. План заходів щодо забезпечення права на освіту дітей з особливими освітніми потребами, у тому числі дітей-інвалідів: Наказ Міністерства освіти і науки України № 768; 2013 Черв. 14. МОН України. 2014.
101. Полулященко ЮМ. Використання педагогічних технологій адаптивної фізичної культури і спорту в процесі соціальної інтеграції осіб з

обмеженими можливостями. Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки. 2011;14(3):134-139.

102. Про внесення змін до деяких законів України щодо доступу осіб з особливими освітніми потребами до освітніх послуг: Закон України № 2541-VIII; 2018 Вер. 6. Офіційний вісник України; 2018. 11 с.

103. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України: Закон України № 2249-VIII; 2018 Груд. 19. Офіційний вісник України; 2018. 12 с.

104. Про внесення змін до Закону України «Про освіту» щодо особливостей доступу осіб з особливими освітніми потребами до освітніх послуг: Закон України № 2053-VIII; 2017 Вер. 28. Офіційний вісник України; 2017. 3 с.

105. Про внесення змін до наказу Міністерства молоді та спорту України № 67 «Про організацію навчально-тренувальної роботи дитячо-юнацьких спортивних шкіл»; 2015 Січ. 17. Наказ МОН України № 4706. 2015.

106. Про впровадження інклюзивного навчання в загальноосвітніх навчальних закладах: реалії та перспективи: Рішення колегії Міністерства освіти і науки, молоді та спорту країни, протокол № 2/3-2; 2013 Бер. 01. МОН молодьспорт. 2013.

107. Про встановлення строку навчання у загальноосвітніх навчальних закладах для дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку: Постанова Кабінету Міністрів України № 585; 2003 Квіт. 23. КМУ. 2003.

108. Про забезпечення прав дітей-інвалідів та дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку: Наказ Міністерства освіти і науки України № 1041; 2007 Листоп. 27. Ліга: закон. 2007.

109. Про затвердження Державного стандарту початкової загальної освіти дітей, які потребують корекції фізичного та(або) розумового розвитку: Постанова Кабінету Міністрів України № 848; 2013 Серп. 21. КМУ. 2013.

110. Про затвердження заходів щодо впровадження інклюзивного навчання в дошкільних та загальноосвітніх навчальних закладах на період до

2015 року: Наказ Міністерства освіти і науки України № 1034; 2013 Серп. 23. МОН України. 2013.

111. Про затвердження концепції розвитку інклюзивного навчання: Наказ Міністерства освіти і науки України № 912; 2010 Жовт. 01. МОН України. 2010.

112. Про затвердження плану заходів на 2017–2029 роки із запровадження Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа»; Розпорядження Кабінету Міністрів України № 903-р; 2019 Квіт. 17. КМУ. 2019.

113. Про затвердження положення про індивідуальну форму навчання в загальноосвітніх навчальних закладах: Наказ Міністерства освіти і науки України № 732; 2019 Серп. 20; МОН України. 2020.

114. Про затвердження порядку організації інклюзивного навчання в загальноосвітніх навчальних закладах: Постанова Кабінету Міністрів України № 872; 2011 Серп. 15. КМУ. 2011.

115. Про Національну доктрину розвитку освіти: Указ Президента України № 347/2002; 2002 Квіт. 17. Офіційний вісник Президента України. 2002.

116. Про Національну стратегію розвитку освіти в Україні на період до 2021 року: Указ Президента України № 344/2013; 2013 Черв. 25. Офіційний вісник президента України. 2013.

117. Про організаційно-методичні засади забезпечення права на освіту дітям з особливими освітніми потребами: Лист Міністерства освіти і науки України № 1/9–533; 2016 Лип. 12. МОН України. 2016

118. Про організацію інклюзивного навчання в закладах позашкільної освіти: Постанова Кабінету Міністрів України № 779; 2019 Серп. 21. КМУ. 2019.

119. Про організацію інклюзивного навчання у загальноосвітніх навчальних закладах: Лист Міністерства освіти і науки України № 1/9–384; 2012 Трав. 5. МОН України. 2012.

120. Про проведення парламентських слухань на тему: «Освіта, охорона здоров'я та соціальне забезпечення дітей з порушеннями психофізичного розвитку: проблеми та шляхи їх вирішення: Постанова Верховної Ради України № 1158–VII; 2014 Бер. 25. ВВР № 23. 2014.

121. Про Рекомендації парламентських слухань на тему: «Освіта, охорона здоров'я та соціальне забезпечення дітей з порушеннями психофізичного розвитку: проблеми та шляхи їх вирішення: Постанова Верховної Ради України № 96–VIII; 2015 Січ. 01. ВВР № 10. 2015.

122. Про створення умов щодо забезпечення права на освіту осіб з інвалідністю: Наказ Міністерства освіти і науки України № 691; 2005 Груд. 02; МОН України. 2005.

123. Пурахин НФ. Классификация основных типов тренеров. Спортивный психолог. 2009;2:16-18.

124. Рибалко ЛМ. Формування фахових компетентностей в майбутніх фахівців з фізичної реабілітації та фізичного виховання у ВНЗ. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені МП Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2017;3:411-414.

125. Розторгуй МС, Передерій АВ. Алгоритм системи класифікації у паралімпійському пауерліфтингу. Молода спорт. наука України. 2009; 1(13):263–267.

126. Розторгуй МС. Науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів в адаптивному спорті. Міжнародна науково-практична конференція «Фізична культура, спорт та здоров'я». 2017;1:232-235.

127. Саєнко ВГ. Морально-етичні засади підготовки спортсменів в кіокушинкай карате: монографія. Луганськ: ЛНУ: 2011. с. 355.

128. Саєнко ВГ. Побудова і контроль тренувального процесу спортсменів в кіокушинкай карате: монографія. Луганськ: ЛНУ: 2012. с. 403.

129. Сіренко РР. Ефективність державного регулювання процесами соціалізації української молоді за її активної участі у масовому спорті. Вчені

записки Таврійського національного університету імені ВІ Вернадського. Серія: Державне управління. 2018;29(68):175-179.

130. Суханова ГП, Ушаков ВС. Значення психолого-педагогічного супроводу у розвитку конкурентоспроможності майбутніх фахівців із фізичної культури і спорту. Інноваційна педагогіка. 2019;1(10):89-93.

131. Трояновська ММ. Теоретичні аспекти проведення занять фізичної культури з учнями з особливими освітніми потребами в умовах інклюзивної освіти. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. 2018;154(2):166-169.

132. Федотенко ГВ. Тысячелетняя практика взаимосвязи философии и спорта в странах востока на примере Китая. Єдиноборства. 2017:56-60.

133. Фудорова ОМ. Вища освіта як чинник підвищення соціального статусу осіб з обмеженими можливостями [дисертація] Харків; 2011. 252 с.

134. Хіменес ХР, Задорожна ОР. Адаптивний спорт у системі цінностей сучасного українського суспільства. Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені МП Драгоманова]. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2018;(9):90-93.

135. Чайковський МЄ. Теорія і практика соціально-педагогічної роботи з молоддю з особливими потребами в умовах інклюзивного освітнього простору [дисертація]. Старобільськ: «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»; 2016. 570 с.

136. Черніченко ЛА. Інклюзивна освіта як сучасна освітня інновація. Молодий вчений. 2016;39(12):537-541.

137. Чудна РВ. Адаптивне фізичне виховання дітей з вадами розвитку. Донецьк: Норд-Прес, 2011. 312 с.

138. Шевців ЗМ. Вплив законодавчої бази інклюзивної освіти на підготовку майбутнього вчителя до роботи в інклюзивному середовищі загальноосвітнього навчального закладу. Народна освіта. 2017;2:10–16.

139. Щодо методичних рекомендацій щодо навчання дітей з особливими освітніми потребами в 2019/2020 н. р.: Лист Міністерства освіти і науки України № 1/9-498; 2019 Серп. 5. МОН України. 2019.
140. Armstrong F, Armstrong D, Barton L. Inclusive education: policy, contexts and comparative perspectives. Routledge. 2016:176 p.
141. Asada A, Ko YJ. Conceptualizing Relative Size and Entitativity of Sports Fan Community and Their Roles in Sport Socialization. *Journal of Sport Management*. 2019;33(6):530-545.
142. Bastos T, Correadeira R, Fonseca A. The application of psychological techniques in disability sport: a qualitative study with elite athletes. *Conexões: Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP*. 2019:17. <https://doi.org/10.20396/conex.v17i0.8658424>.
143. Ben Messaud W. Karate, and the perception of the sport. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*. 2016;16(3):47-56. <https://doi.org/10.14589/ido.16.3.6>
144. Biesen DV, Pineda RC. Balance and strength assessment of Special Olympics athletes: how feasible and reliable is the Fun Fitness test battery? *EUJAPA*. 2019;12(1):6.
145. Braga L, Taliaferro A, Blaggrave J. Inclusion in the 21st century: Insights and considerations for teacher and coach preparation. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*. 2018;89(6):42-49. <https://doi.org/10.1080/07303084.2018.1476938>.
146. Categories JKS Continental Para Cup [Internet]. Austria: sportdata GmbH & Co KG; 2019 [updated 2018 September 15; cited 2019 February 10]. Available from: <https://www.sportdata.org/karate>
147. Caze C. Ensuring Access for Individuals with Disabilities In Sporting Activities: Sports for all. 2020
148. Conant K, Morgan A, Muzykewicz D, et al. A karate program for improving self-concept and quality of life in childhood epilepsy: Results of a pilot study. *Epilepsy & Behavior*. 2008;12(1):61-65.

149. Dehghansai N, Lemez S, Wattie N, Baker J. A systematic review of influences on development of people with disabilities. *Adapted physical activity quarterly*. 2017;34(1):72–90.
150. Fagher K, Forsberg A, Jacobsson J. Paralympic athletes' perceptions of their experiences of sports–related injuries: a qualitative study. *European journal sport science*. 2016;16:1240-1249.
151. Foster R, Fitzgerald H, Stride A. The socialization and participation of Deaflympians in sport. *Sport in Society*. 2018 <https://doi.org/10.1080/17430437.2018.1530219>.
152. Greco G, Cataldi S, Fischetti F. Karate as anti-bullying strategy by improvement resilience and self-efficacy in school-age youth. *Journal of Physical Education and Sport*. 2019:1863-1870. <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.s5276>
153. Greco, Gianpiero, et al. Effects of Shotokan Karate on resilience to bullying in adolescents. 2019.
154. Hanrahan JS. Psychological skills training for athletes with disabilities. *Australian Psychologist*. 2015;50:102–105.
155. Helmer K, Panetta V, Pimentel J, Renker J, Sawanec C. Parents' Perspectives on the Participation of Children with Disabilities in Community-Based Youth Sports (Doctoral dissertation, Utica College). 2017.
156. Henriod L. *Special Olympics and Paralympics. A First Book*. Franklin Watts: 1979. 66 p.
157. Hollis D. Physical activity types among US adults with mobility disability, Behavioral Risk Factor Surveillance System. *Disability and Health Journal*. 2020.
158. How Disabled Players are Classified in Para-Karate Competitions [Internet]. WKF-handicapped; 2018 [updated 2018 November 5; cited 2019 February 10]. Available from: <http://www.wkf-handicapped.com/how-disabled-players-are-classified-in-para-karate-competitions/>

159. Justice L, Logan J, Lin T, Kaderavek J. Peer effects in early childhood education: Testing the assumptions of special-education inclusion. *Psychological Science*. 2014;25(9):1722-1729. <https://doi.org/10.1177/0956797614538978>.
160. Karate recognised by International Paralympic Committee to enable bid for 2024 Games inclusion [cited 2019 Jun 12] Available from: <https://www.insidethegames.biz/articles/1028365/karate-recognised-by-international-paralympic-committee-to-enable-bid-for-2024-games-inclusion>
161. Kasum G, Gligorov S, Nastasić-Stošković T. Combat sports for persons with disabilities. *Fizička kultura*. 2011;65(1):60-69. <https://doi.org/10.5937/fizkul1101060K>.
162. Kiuppis F. Inclusion in sport: disability and participation. *Cultures, Commerce, Media, Politics*. 2018;21:4–21. <https://doi.org/10.1080/17430437.2016.1225882>.
163. Klavina A, Ostrovska K, Campa M. Fundamental movement skill and physical fitness measures in children with disabilities. *EUJAPA*. 2017;10(1):28-37.
164. Kogut I, Marynych V. Organization maintenance of health related physical culture work with students in out-of-school establishments. *Physical Education of Students*. 2016. <https://doi.org/10.15561/20755279.2016.0402>
165. Kohut I, Kropivnitskaya T, Goncharenko I, Marynych V, Matvieiev S. Adaptive sports: features of its origin and problems of development. *Theory and Methods of Physical Education and Sports*. 2018;2:20-24.
166. Koropanovski N. Anthropometric and physical performance profiles of elite karate kumite and kata competitors. *Journal of human kinetics*. 2011:107.
167. McGrath O, Crawford S, O’Sullivan D. «It’s a challenge»: Post primary physical education teachers’ experiences of and perspectives on inclusive practice with students with disabilities. *EUJAPA*. 2019;12(1):2.
168. Mihajlovic C. Pedagogies for Inclusion in Finnish PE: The Teachers' Perspective. *EUJAPA*. 2017;10(2):36-49.

169. Misener L, Darcy S. Managing disability sport: From athletes with disabilities to inclusive organisational perspectives. *Sport Management Review*. 2014;17:1-7.
170. O'Hanlon C. *Inclusive education in Europe*. Routledge. 2017:164 p.
171. Oblak VP, Karpljuk D, Vodičar J, Šimenko J. Inclusion of people with intellectual disabilities in judo: a systematic review of literature. *Environment*. 2020;5:8.
172. Official website of the Paralympic Movement. Classification. [Internet]. Bonn, Germany: International Paralympic Committee (IPC); 2018 [updated 2018 June 6; cited 2019 February 10]. Available from: / <https://www.paralympic.org/classification>
173. Over 20 countries 1st World Championships for persons with disabilities [cited 2018 Jun 12]. Available from: <https://www.wkf.net/news-center-new/over-20-countries-1st-world-championships-for-persons-with-disabilities/111>
174. Ploeg H, Beek A, Woude L, Mechelen W. Physical activity for people with a disability. *Sports Medicine*. 2013;34:639–49.
175. Raymond EB. *Learners with mild disabilities: A characteristics approach*. Pearson. 2016:317 p.
176. Richards K, Wilson W. Recruitment and initial socialization into adapted physical education teacher education. *European Physical Education Review*. 2020;26(1):54-69. <https://doi.org/10.1177/1356336X18825278>.
177. Sahlin KB, Lexell J. Impact of organized sports on activity, participation, and quality of life in people with neurologic disabilities. *PM&R*. 2015;7(10):1081–1088.
178. Sekhri A. Participation in extracurricular activities: A boon for children with special needs. *I-Manager's Journal on Educational Psychology*. 2019;12(4):42-53. <https://doi.org/10.26634/jpsy.12.4.15489>.
179. Sport. Para-karate. Rules & regulations – documentation [Internet]. Official Site WKF; 2019 [updated 2017 October 16; cited 2019 February 10]. Available from: https://www.wkf.net/para-karate_rules.php

180. Stangvik G. Progressive special education in the neoliberal context. *European Journal of Special Needs Education*. 2014;29(1):91-104.

181. The International paralympic committee [Internet]. [cited 2017 June 11]. Available from: <http://www.paralympic.org>

182. Todor R, Turcu M. Socialization through sport: Effects of physical education and sport. *Annals of the «Stefan Cel Mare» University: Physical Education and Sport Section - The Science and Art of Movement*. 2018;3(2):133-140.

183. Wilhelmsen T, Sorensen M. Inclusion of children with disabilities in physical education: A systematic review of literature from 2009 to 2015. *Adapted Physical Activity Quarterly*. 2017;34(3):311-337. <https://doi.org/10.1123/apaq.2016-0017>

184. Winnick JP. *Adapted physical education and sport*. Champaign: Human Kinetics; 2016. 648 p.

185. WKF is a recognised paralympic sport// World Karate Federation [cited 2019 Jun 12] Available from: <https://www.wkf.net/news-center-new/wkf-is-recognised-paralympic-sport/187>

186. Yip, Yick Hong. The effect of Karate training on the stereotypic behaviour, social interaction and communication of the children with Autism Spectrum Disorder. Diss. Hong Kong: Hong Kong Shue Yan University. 2019. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.04223>

187. Yves C, Walter R. *Training and Coaching the Paralympic Athlete*. Wiley –Blackwell. 2016:256 p.

ДОДАТКИ

СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА**Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації**

1. Когут І, Маринич В, Чебанова К. Загальні положення інклюзивної освіти як сучасного соціально-педагогічного феномену та підґрунтя для соціальної інтеграції спортсменів з інвалідністю. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017;2:20-6. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.
2. Когут І, Маринич В, Чебанова К. Сутність підготовки тренера для роботи зі спортсменами з інвалідністю. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017;3:20-5. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.
3. Когут І, Маринич В, Чебанова К. Сучасні підходи до класифікації спортсменів з порушеннями опорно-рухового апарату в карате. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2019;1:9-15. DOI: 10.32652/tmfvs.2019.1.9-15. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.
4. Когут І, Маринич В, Чебанова К. Впровадження інклюзивного навчання у фізкультурно-оздоровчі, спортивні та інші заклади освіти. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2020;1:117-27 DOI: 10.32652/tmfvs.2020.1.117-127. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.
5. Когут І, Маринич В, Чебанова К. Методологічне та методичне забезпечення організації інклюзивного навчально-тренувального процесу спортсменів з інвалідністю в карате. Теорія та методика фізичного виховання. 2021;21(2):121-8. DOI: 10.17309/tmfv.2021.2.04. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Scopus.

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації

6. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Історія та перспективи розвитку карате для спортсменів з інвалідністю. В: Спорт та сучасне суспільство. Матеріали 10-ї Міжнар. наук. інтернет-конференції [Інтернет]; 2017 Берез 3; Київ. Київ: НУФВСУ; 2017. с. 203-6.

7. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Еволюція ката на візках: від Асаї Сенсея до Паралімпійських ігор. В: Молодь та олімпійський рух: зб. тез доповідей 10-ї Міжнар. конф. [Інтернет]; 2017 Трав 24-25; Київ. Київ: НУФВСУ; 2017. с. 208-10. Доступно: https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk_tez_2017_na_sayt.pdf

8. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Актуальні проблеми професійної підготовки фахівців з фізичної культури та спорту для роботи з особами з інвалідністю в Україні. В: Молодь та олімпійський рух: зб. тез доповідей 11-ї Міжнар. конф. молодих вчених [Інтернет]; 2018 Квіт 10-12; Київ. Київ: НУФВСУ; 2018. с. 266-7. Доступно: https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/rozklad/zbirnyk_tez_2018.pdf

9. Борисова ОВ, Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Проблеми та перспективи розвитку інклюзивної освіти в Україні. В: Фізична активність і якість життя людини: зб. тез доп. 2-ї Міжнар. наук.-практ. конф; 2018 Трав 22-24; Луцьк. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки; 2018. с. 56.

10. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Впровадження класифікації спортсменів з порушеннями опорно-рухового апарату для всесвітньої федерації карате на національному рівні. В: Молодь та олімпійський рух: зб. тез доповідей 12-ї Міжнар. конф. молодих вчених [Інтернет]; 2019 Трав 17; Київ. Київ: НУФВСУ; 2019. с. 24-5. Доступно: https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk_tez_0.pdf

11. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Підготовка спортсменів з інвалідністю для участі у змаганнях з карате у розділі «Ката». В: Фізична активність і якість життя людини: зб. тез доп. 3-ї Міжнар. наук.-практ. конф;

2019 Черв 11-13; Луцьк. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки; 2019. с. 83.

12. Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ. Педагогічні умови формування соціально-гуманістичного світогляду у спортсменів, які тренуються в карате. В: Молодь та олімпійський рух: зб. тез доповідей 13-ї Міжнар. конф. молодих вчених [Інтернет]; 2020 Трав 16; Київ. Київ: НУФВСУ; 2020. с. 22-4. Доступно: <http://www.unisport.edu.ua/content/naukovi-konferenciyi-ta-seminary>

**Наукові праці, які додатково відображають наукові результати
дисертації**

13. Навчальна програма з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Карате – тренуємося разом». Когут ІО, Маринич ВЛ, Чебанова КВ, автори. Схвалено для використання в позашкільних навчальних закладах (протокол засідання науково-методичної комісії з позашкільної освіти Науково-методичної ради з питань освіти МОН України від 26.06 2019 № 2; лист ІМЗО від 08.07.2019 № 22.1/12-Г-588).

**ВІДОМОСТІ ПРО АПРОБАЦІЮ ДИСЕРТАЦІЙНОГО
ДОСЛІДЖЕННЯ**

№	Назва конференції, конгресу, симпозиуму, семінару	Форма участі	Місце та дата проведення
1.	X Міжнародна наукової інтернет-конференції «Спорт та сучасне суспільство»	доповідь та публікація	Київ 3 березня 2017 р.
2.	X Міжнародна конференція «Молодь та Олімпійський рух»	доповідь та публікація	Київ 24-25 травня 2017 р.
3.	XI Міжнародна конференція «Молодь та Олімпійський рух»	доповідь та публікація	Київ 10-12 квітня 2018 р.
4.	II Міжнародна науково-практична конференція «Фізична активність і якість життя людини»	публікація	Луцьк 22-24 травня 2018 р.
5.	XII Міжнародна конференція «Молодь та Олімпійський рух»	доповідь та публікація	Київ 17 травня 2019 р.
6.	III Міжнародна науково-практична конференція «Фізична активність і якість життя людини»	публікація	Луцьк 11–13 червня 2019 р.
7.	XIII Міжнародна конференція «Молодь та Олімпійський рух»	доповідь та публікація	Київ 20 травня 2020 р.

**НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА З ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ
фізкультурно-спортивного напрямку
«Карате – тренуємося разом»
2 роки навчання**

*«Схвалено для використання в позашкільних навчальних закладах»
(протокол засідання науково-методичної комісії з позашкільної освіти
Науково-методичної ради Міністерства освіти і науки України № 2 від 26.06.2019 року, лист ІМЗО
від 08.07.2019 № 22.1/12-Г-588)*

Автори:

Козут Ірина Олександрівна – директор Науково-дослідного інституту Науково-дослідного інституту Національного університету фізичного виховання і спорту України, доктор наук з фізичного виховання та спорту, доцент, професор кафедри професійного, неолімпійського та адаптивного спорту.

Маринич Вікторія Леонідівна – заступник директора Науково-дослідного інституту Національного університету фізичного виховання і спорту України, кандидат наук з фізичного виховання та спорту доцент кафедри професійного, неолімпійського та адаптивного спорту, кандидат наук фізичного виховання і спорту.

Чебанова Катерина Вікторівна – викладач кафедри спортивних единоборств та силових видів спорту.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Карате – це вид східного единоборства, а також система самозахисту без зброї, яка загартовує організм, розвиває пам'ять, уважність, покращує концентрацію, навчає самодисципліні та підвищує рівень фізичного розвитку.

Спортсмен, який починає займатися карате, вливається в різновіковий колектив, де вчиться спілкуванню і взаємоповазі. Спортсмени займаються разом з іншими дітьми під керівництвом керівника гуртка, постійно самовдосконалюючись. Вони допомагають один одному опанувати нові прийоми, отримувати нові знання і добиватися поставлених цілей в спарингах та інших спортивних заходах. І, як результат, спортсмени стають впевненими, долають страх перед труднощами, звикають до дисципліни, з повагою ставляться до дітей, людей старших за віком та осіб з інвалідністю.

На сьогодні одним із показників рівня гуманізації суспільства є ступінь включення у соціум осіб з інвалідністю та їх подальша соціальна адаптація. У зв'язку зі стійкою тенденцією збільшення кількості осіб з інвалідністю в Україні виникає проблема їх соціалізації. Найважливішими в системі заходів соціального захисту (а саме соціалізації, адаптації, інтеграції та реабілітації) людей з інвалідністю є активні форми рухової активності і заняття спортом, в

тому числі фізичною активністю з елементами карате. Активні фізкультурно-оздоровчі та спортивні заняття з елементами карате дозволяють краще володіти своїм тілом, відновлюють психічну рівновагу, повертають відчуття впевненості в собі, дають нові можливості самообслуговування і, в підсумку, повернення до активного життя.

Створення навчальної програми обумовлено необхідністю впровадження інклюзивного навчально-тренувального процесу для осіб з інвалідністю в карате у закладах позашкільної освіти. Специфіка навчальної програми полягає у впровадженні спільного навчально-тренувального процесу дітей з вадами розвитку та тих, що не мають вад розвитку.

Програма створена на основі навчальної програми Карате WKF для дитячо-юнацьких спортивних шкіл (2014 рік).

Навчальна програма реалізується в гуртку фізкультурно-спортивного напрямку і спрямована на дітей віком від 14 до 18 років. Програма початкового рівня, розрахована на 2 роки навчання, на 144 години на рік: 2 заняття в тиждень по 2 години.

Мета програми – формування культури здоров'я дітей засобами карате, запроваджуючи інклюзивний підхід до побудови навчально-тренувального процесу.

Основні завдання програми:

забезпечення всебічного розвитку дітей, реалізація їх спортивних здібностей;

отримання навичок здорового способу життя засобами фізичної культури і спорту;

надання рівних умов і можливостей для навчально-тренувальних занять з карате дітям з інвалідністю та здоровим дітям;

залучення дітей з інвалідністю (з ураженнями опорно-рухового апарату та вадами розумового розвитку) до занять фізичною культурою та спортом;

створення необхідних умов для соціалізації, реабілітації та інтеграції їх у суспільство.

Програма першого року навчання спрямована на фізкультурно-реабілітаційну підготовку, яка характеризується використанням засобів фізичної культури в системі фізкультурно-оздоровчих заходів по відновленню здоров'я або окремих функцій, втрачених або знижених внаслідок захворювань або травм. Основними завданнями першого року навчання є покращення рівня здоров'я та фізичного розвитку вихованців, формування мотивації до занять спортом, знайомство з базовими елементами карате та підготовка до занять карате як адаптивним видом спорту. Отримані знання перевіряються методом поточного контролю.

Програма другого року навчання спрямована на початкову підготовку та охоплює перші роки занять у спортивній секції. Основними завданнями на цьому етапі є: покращення рівня здоров'я спортсменів, збільшення рівня фізичного розвитку, розвиток фізичних якостей, вміння працювати в групі та прислуховуватися до вказівок тренера, вивчення базових елементів техніки карате. Під час навчання можуть використовуватись різноманітні методи та

засоби, елементи різних видів спорту та рухливих ігор, корегуючих вправ з програм реабілітації. Формами контролю за результативністю навчання є виконання нормативів, контрольних вправ та участь у залікових змаганнях.

До занять допускаються діти, які не мають медичних протипоказань. Для зарахування осіб з інвалідністю з ураженнями опорно-рухового апарату та вадами розумового розвитку в секцію з карате необхідно надати медичну довідку про стан здоров'я від лікаря-педіатра, лікаря з лікувальної фізкультури і спортивної медицини, а також з метою виключення патологічних відхилень з боку серцево-судинної системи та визначення максимального рівня фізичного навантаження необхідно провести ЕКГ-дослідження (кардіограму). Важливо надати індивідуальну програму реабілітації (ІПР) із зазначенням дозволу на заняття спортом (карате).

Методи навчання – словесні, наочні, практичні, активні, які сприяють створенню позитивного емоційного клімату в групі і формуванню стійкого інтересу до занять карате.

Загальними принципами організації навчально-виховного процесу в гуртку є індивідуальний підхід, послідовність і поступовість викладення матеріалу.

Початковий рівень, перший рік навчання НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Розділ, тема	Кількість годин		
	теоретичних	практичних	усього
Вступ	2	-	2
Розділ 1. Доступний інклюзивний спорт для дорослих та дітей	4	14	18
Розділ 2. Поняття психології та етикету в карате. Дихальні практики.	4	4	8
2.1. Психологія спілкування	2	2	4
2.2. Етикет в карате	2	-	2
2.3. Практика управління диханням в карате.	-	2	2
Розділ 3. Загальна та спеціальна фізична підготовка в карате	4	38	42
3.1. Загальна фізична підготовка (ЗФП)	2	24	26
3.2. Спеціальна фізична підготовка (СФП)	2	14	16
Розділ 4. Бойові стійки та переміщення в карате	6	14	20
4.1. Бойова стійка в карате	2	6	8
4.2. Техніка переміщень в карате	4	8	12

Розділ 5. Захисні дії в карате	8	18	26
5.1. Техніка захисту від ударів руками	4	9	13
5.2. Техніка захисту від ударів ногами	4	9	13
Розділ 6. Атакуючі дії в карате	8	18	26
6.1. Техніка виконання ударів руками	4	9	13
6.2. Техніка виконання ударів ногами	4	9	13
Підсумок	-	2	2
Разом	36	108	144

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Вступ (2 год.)

Знайомство з карате як з видом спорту. Термінологія карате. Техніка безпеки на заняттях по карате.

Розділ 1. Доступний інклюзивний спорт для дорослих та дітей (18 год.)

Теоретична частина. Особливості навчально-виховного процесу в умовах інклюзивного підходу. Поширення інформації про засади інклюзивного навчання серед батьків (законних представників) дітей з метою формування позитивного до них ставлення.

Практична частина. Створення позитивного мікроклімату у секції, формування активного міжособистісного спілкування дітей з інвалідністю з іншими дітьми. Проведення заходів спрямованих на формування дружнього та неупередженого ставлення до дітей з інвалідністю (майстер-класи, тренінги і т.д.).

Розділ 2. Поняття психології та етикету в карате. Дихальні практики. (8 год.)

2.1. Психологія спілкування (4 год.)

Теоретична частина. Люди з інвалідністю – особливості спілкування. Покращення рівня навиків спілкування та роботи з людьми з інвалідністю. Комунікативно-психологічні особливості взаємодії здорових людей з людьми з інвалідністю.

Практична частина. Встановлення нових контактів, розширення кола знайомств. Знайомство дітей в групі (рольові ігри). Правила спілкування з дітьми з інвалідністю, знайомство з їх психологічними особливостями. Подолання бар'єрів в спілкуванні за допомогою психологічних тренінгів. Навчання слухати та чути тренера.

2.2 Етикет в карате (2 год.)

Теоретична частина. Етикет в бойових мистецтвах, а саме в карате. Етикет додзю. Правила поведінки (поведінки) на тренуваннях з карате.

2.3. Практика управління диханням в карате (2 год.)

Практична частина. Види дихання. Повне - ко-кю (повільний і повний

вдих, повний видих.). Ібуки (дихання з напругою всіх м'язів, вдих – носом, видих ротом). Нагаре (швидкий вдих носом з підняттям долонь рук до грудей і повільний видих через рот з опусканням долонь вниз).

Розділ 3. Загальна та спеціальна фізична підготовка в карате (42 год.)

3.1. Загальна фізична підготовка (26 год.)

Теоретична частина. Класифікація основних рухових якостей. Механізми оздоровчого впливу занять карате та розвиток рухових якостей.

Практична частина. Фізична підготовка вихованців. Вивчення розвиваючих вправ. Розвиток сили. Розвиток витривалості. Розвиток гнучкості. Розвиток координації. Розвиток швидкості.

3.2. Спеціальна фізична підготовка (16 год.)

Теоретична частина. Розвиток рухових якостей, можливостей органів і функціональних систем, котрі безпосередньо визначають досягнення у різних програмах карате. Вибір спортивної спеціалізації в карате.

Практична частина. Поліпшення нервово-м'язової координації. Вдосконалення здатності витримувати специфічні навантаження і ефективно відновлюватися після них. Розвиток рухових якостей у відповідності з вимогами, зумовленими специфікою конкретного виду програми змагань в карате. Ката. Кіхон. Куміте.

Розділ 4. Бойові стійки та переміщення в карате (20 год.)

4.1. Бойова стійка в карате (8 год.)

Теоретична частина. Стандартні положення тіла та стійки в карате. Стійки (кіхон, ката). Стійки (куміте).

Практична частина. Ознайомлення з основними стійками: хейсоку-дачі, мусубі-дачі, хейко-дачі, дзенкуцу-дачі, кокуцу-дачі, кіба-дачі, шико-дачі, джуі-камае.

4.2. Техніка переміщень в карате (12 год.)

Теоретична частина. Переходи в кіхоні та ката. Зміна стійки в куміте.

Практична частина. Перехід з хейсоку-дачі в мусубі-дачі; з хейко-дачі в дзенкуцу-дачі, кокуцу-дачі, кіба-дачі, шико-дачі. Інші варіанти переходу зі стійки в стійку. «Розножка» в куміте. Довга/коротка стійка в куміте. Перенос центру ваги тіла в куміте.

Розділ 5. Захисні дії в карате (26 год.)

5.1. Техніка захисту від ударів руками (13 год.)

Теоретична частина. Види блоків від ударів руками в карате. Техніка їх виконання. Варіанти застосування різних блоків.

Практична частина. Захист голови від прямого удару рукою: аге-уке (верхній блок). Захист тулуба від прямого удару рукою: сото-уке, уче-уке (середні блоки).

5.2. Техніка захисту від ударів ногами (13 год.)

Теоретична частина. Види блоків від ударів ногами в карате. Техніка їх виконання. Варіанти застосування різних блоків.

Практична частина. Захист тулуба від прямого удару ногою: гедан-барай (нижній блок). Захист тулуба від бокового удару рукою: шуто-уке (середній блок).

Розділ 6. Атакуючі дії в карате (26 год.)

6.1. Техніка виконання ударів руками (13 год.)

Теоретична частина. Цукі – удари руками. Рівні ударів руками в карате (дзьодан, чудан, гедан). Техніка їх виконання. Різновиди ударів: прямі, бокові, зверху, знизу.

Практична частина. Прямий удар кулаком одноіменної руки – ой-цукі; прямий удар кулаком різноіменної руки – гьяку-цукі. Бічний удар – ура-кен.

6.2. Техніка виконання ударів ногами (13 год.)

Теоретична частина. Гері – удари ногами. Рівні ударів ногами в карате (дзьодан, чудан). Техніка їх виконання. Різновиди ударів: прямі (вперед, назад, всторону), бокові (стопною збоку – зовні всередину, стопною збоку – зсередини назовні).

Практична частина. Удар ногою вперед – мая-гері; удар ногою в сторону – йоко-гері; удар ногою назад – уширо-гері; удар ногою збоку (зовні всередину) – маваши-гері; удар ногою збоку (зсередини назовні) – ура-маваши-гері.

Підсумок (2 год.)

Підбиття підсумків. Контроль вивченого матеріалу.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати і розуміти:

- термінологію, що використовується при проведенні тренувань з карате;
- правила етикету карате;
- назви стійок;
- назви блоків від ударів руками та ногами;
- назви ударів руками та ногами;
- види програм в карате;
- особливості інклюзивного навчально-тренувального процесу;
- своєрідність спілкування спортсменів в інклюзивних групах;
- способи подолання бар'єрів на шляху підвищення рівня фізичного розвитку та соціалізації всіх спортсменів, а не тільки спортсменів з інвалідністю.

Вихованці мають вміти і застосовувати:

- виконувати нормативи вправ ЗФП;
- індивідуально підібрані вправи необхідні для СФП;
- техніки дихання та їх застосування;
- захищатися від ударів руками та ногами;
- виконувати атакуючі удари руками та ногами;
- розвивати комунікативні та соціальні навички;

- взаємодіяти зі здоровими дітьми, спостерігати за ними, наслідувати їх;
- створювати рівні умови для навчально-тренувальних занять в карате;
- створювати позитивний мікроклімат серед спортсменів в групі.

Вихованці мають набути досвід:

- участі у різноманітних заходах, які допоможуть їм опанувати вміння, необхідні для успішного самостійного життя у суспільстві;
- підвищення ступеня участі спортсменів у тренувальному процесі й одночасне зменшення рівня їх ізоляваності;
- дотримання правил безпеки під час проведення тренувань та виконання спортивних вправ;
- виконання технічних елементів самостійно та під час роботи партнером.

Початковий рівень, другий рік навчання НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Розділ, тема	Кількість годин		
	теоретичних	практичних	усього
Вступ	4	-	4
Розділ 1. Загальна та спеціальна фізична підготовка в карате	6	40	46
1.1. Загальна фізична підготовка (ЗФП)	2	15	17
1.2. Спеціальна фізична підготовка (СФП)	4	25	29
Розділ 2. Психологічна підготовка	4	10	14
2.1. Психологічна карта спортсмена-каратиста	2	-	2
2.2. Тренінги, тестування, рольові ігри	2	10	12
Розділ 3. Ката, кіхон	10	50	60
Кіхон	4	20	24
Ката групи хейан	6	30	36
Розділ 4. Контрольні нормативи	-	4	4
Розділ 5. Змагальна діяльність	2	12	14
Підсумок	-	2	2
Разом	26	118	144

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Вступ (4 год.)

Знайомство з історією зародження та розвитку карате та пара-карате в світі та в Україні. Правила безпеки під час занять. Форма одягу.

Розділ 1. Загальна та спеціальна фізична підготовка в карате (46 год.)

1.1. Загальна фізична підготовка (36 год.)

Теоретична частина. Значення фізичної підготовки для спортсмена.

Практична частина. Виконання загальнорозвиваючих вправ.

1.2. Спеціальна фізична підготовка (20 год.)

Теоретична частина. Значення спеціальної фізичної підготовки для виступів на змаганнях в розділі «Ката».

Практична частина. Спеціальні фізичні вправи на розвиток фізичних якостей: сили, швидкості, витривалості, координації, спритності.

Розділ 2. Психологічна підготовка (14 год.)

2.1. Психологічна карта спортсмена-каратиста (2 год.)

Теоретична частина. Психограма карате та психологічний профіль спортсмена.

2.2. Тренінги, тестування, рольові ігри (12 год.)

Теоретична частина. Контроль психологічної підготовленості вихованців.

Практична частина. Психодіагностичні методики для вихованців з різним рівнем здоров'я та сприйняття.

Розділ 3. Ката (60 год.)

3.1. Кіхон (24 год.)

Теоретична частина. Вивчення і засвоєння техніки без реального суперника.

Практична частина. Засвоєння базової техніки кіхону. На місці. З пересуваннями. З різними стійками і комбінаціями, з різними напрямленнями та траєкторіями.

3.2. Ката групи хейан (36 год.)

Теоретична частина. Різновиди ката: хейан-шодан, хейан-нідан, хейан-сандан.

Практична частина. Відпрацювання ката групи хейан.

Розділ 4. Контрольні нормативи (4 год.)

Практична частина. Задача контрольних нормативів: піднімання тулуба в сід 1 хв., разів; стрибок у довжину з місця, см; біг на 60 м, сек; нахил тулуба вперед з положення сидячи, см.

Розділ 5. Змагальна діяльність (14 год.)

Теоретична частина. Перший досвід змагальної практики в карате. Розділи змагань. Предстартові стани.

Практична частина. Ознайомлення з правилами змагань. Організація та проведення змагань між вихованцями в розділі «Ката».

Підсумок (2 год.)

Підбиття підсумків. Контроль вивченого матеріалу.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати і розуміти

- термінологію, що використовується при проведенні тренувань з карате;
- правила етикету карате;
- назви комбінацій в кіхоні, назви ката;
- види програм в карте
- шляхи ефективної соціалізації дітей з інвалідністю за допомогою карате.

Вихованці мають вміти і застосовувати:

- виконувати нормативи вправ ЗФП та СФП;
- виконувати нормативи кіхону для рівня початківців;
- виконувати перші три ката початкового рівня;
- різнобічно розвивати та реалізовувати свої спортивні здібності;
- розвивати здатність до емпатії, тактової взаємодії, чуйності та толерантності щодо однолітків з інвалідністю, сприяти формуванню ставлення до них, як до рівноправних членів колективу;
- взаємодіяти з іншими дітьми, підтримуючи когнітивний, фізичний, мовний, соціальний та емоційний розвиток дітей з інвалідністю;
- демонструвати відповідні моделі поведінки дітям з інвалідністю і мотивувати їх до цілеспрямованого використання нових знань та вмінь.

Вихованці мають набути досвід:

- забезпечення повноцінної участі в житті суспільства, успішної самореалізації в спорті, зокрема в карате;
- дотримання правил безпеки під час проведення тренувань та виконання спортивних вправ;
- виконання технічних елементів самостійно та під час роботи партнером;
- участь у змаганнях з карате.

ОРІЄНТОВНИЙ ПЕРЕЛІК ОБЛАДНАННЯ

Найменування обладнання	Кількість (шт.)
Мати-татамі для занять карате	1 шт.
Медболли різної ваги	5 шт.
Маківари	5 шт.
Лапи	5 шт.
Гімнастична стінка	1 шт.
Фантоми	2 шт.
Манекен	1 шт.
Гума	5 шт.
Фішки	5 шт.
Скакалки	Індивідуальні

ЛІТЕРАТУРА

1. Богдан І. О. Карате WKF: Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл [Електронний ресурс] / І. О. Богдан // Республіканський науково-методичний кабінет Міністерства молоді та спорту України. – 2014. – Режим доступу до ресурсу: <https://karate.ua/federation/docs>
2. Накаяма М. Практическое каратэ для всех / М. Накаяма, Д. Дрэггер. – Москва : Фаир-пресс, 2002. – 286 с. – 5-8183-0129-X.
3. Ояма М. Классическое каратэ / М. Ояма ; [пер. с англ. М. Новыша]. – Москва : Эксмо, 2006. – 256 с.
4. Трусов О. В. Шотокан Каратэ-До. Книга 1. Основные аспекты. К.: «София», 2000. – 384 с.
5. Трусов О. В. Шотокан Каратэ-До. Книга 2. От новичка до мастера. Программа аттестационных экзаменов Шотокан Каратэ-До с 9 КЮ по 3ДАН. К.: «София», 2000. – 352 с.
6. Фунакоси Г. Каратэ-до. Мой жизненный путь / Гитин Фунакоси. - М.: Канон+РООИ "Реабилитация", 2011. - 176 с.
7. Grupp J. Shotokan Karate: Technik-Training-Prüfung. – Meyer & Meyer Verlag, 2018.
8. Imamura H. et al. Safety aspects of karate as physical education and an extracurricular activity // European Journal of Physical Education and Sport Science. – 2018.
9. Hollins L. Martial arts, disruptive innovation and the future of physical interventions in learning disability settings // Learning Disability Practice. – 2018. – Т. 21. – №. 1.
10. Rivera-Kumpf C. I. Wellness and Karate : дис. – Duquesne University, 2018.



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ДЕРЖАВНА НАУКОВА УСТАНОВА
«ІНСТИТУТ МОДЕРНІЗАЦІЇ ЗМІСТУ ОСВІТИ»

вул. Митрополита Василя Липківського, 36, м. Київ, 03035, тел./факс: (044) 248-25-14

08.07.2019 № 22.1/12-Г-588
На № _____ від _____

Директору Науково-дослідного інституту
Національного університету фізичного
виховання і спорту України
Когут О. І.

Про результати засідання Науково-методичної
комісії з позашкільної освіти
Науково-методичної ради з питань освіти
Міністерства освіти і науки України

Шановна Ірино Олександрівно!

Інститут модернізації змісту освіти повідомляє, що Науково-методичною комісією з позашкільної освіти Науково-методичної ради з питань освіти Міністерства освіти і науки України розглянуто матеріали науково-методичної експертизи рукопису навчальної програми з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Карате – тренуймося разом» (І. О. Когут, В. Л. Маринич, К. В. Чебанова) та ухвалено рішення про рекомендацію його до видання з висновком: «Схвалено для використання в позашкільних навчальних закладах» (витяг з протоколу від 26.06.2019 № 2 додається).

П'ять контрольних примірників просимо надіслати на адресу Інституту модернізації змісту освіти: вул. Митрополита Василя Липківського, 36, кім. 316, м. Київ, 03035.

Додаток: витяг з протоколу на 1 арк.

З повагою
в. о. директора

Ю. І. Завалевський

Дейдиш Л. А. (044) 248-24-68

ВИТЯГ
з протоколу № 02
засідання науково-методичної комісії з позашкільної освіти
Науково-методичної ради з питань освіти
Міністерства освіти і науки України
від 26.06.2019 року

Слухали:

Про результати науково-методичної експертизи рукопису навчальної програми з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Карате – тренуймося разом» (І. О. Когут, В. Л. Маринич, К. В. Чебанова)

Ухвалили:

Схвалити для використання в позашкільних навчальних закладах навчальну програму з позашкільної освіти оздоровчого напрямку «Карате – тренуймося разом» (І. О. Когут, В. Л. Маринич, К. В. Чебанова).

Голова комісії,
 завідувач кафедри позашкільної освіти
 НПУ імені М.П. Драгоманова,
 доктор педагогічних наук, професор



Секретар комісії

Л. А. Дейдиш

Підпис завідувача сектору змісту позашкільної освіти та гурткової роботи
 ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» Дейдиш Л. А. засвідчую.

Начальник відділу кадрів
 Інституту модернізації змісту освіти



Г. В. Косар

Додаток Д**Шановний респондент!**

Національний університет фізичного виховання і спорту України проводить дослідження, присвячене вивченню питання інклюзивного підходу у спорті, зокрема в карате. Ваші відповіді допоможуть визначити якості, які повинні бути притаманні як спортсменам так і тренерам, що займаються карате, та удосконалити процес їх соціалізації. При заповненні анкети уважно прочитайте усі варіанти відповідей на кожне питання і позначте той, що відповідає Вашій думці (обраний варіант обведіть у «○»). Варіант відповіді може бути тільки один.

Заздалегідь дякуємо за участь в анкетуванні!

1. Позначте вашу стать

- Жінка
- Чоловік

2. Напишіть Ваш вік _____**3. Як довго Ви є тренером з адаптивного карате?**

- До 1 року
- 1-3 роки
- Більше 3-х років.

4. По якій версії карате ви тренуєте спортсменів?

- WKF
- JKA
- SKIF
- Інша (свій варіант) _____

5. Чи тренували Ви коли-небудь здорових спортсменів?

- Так
- Ні

6. Які особливості тренувального процесу спортсменів, які мають вади у розвитку?
_____**7. Яку групу спортсменів Ви тренуєте?**

- Спортсмени з порушенням зору
- Спортсмени з порушенням слуху
- Спортсмени з порушенням ОРА
- Спортсмени з порушенням розумового розвитку

8. Чи проводите Ви теоретичні заняття з дітьми?

- Так
- Ні

9. Чому Ви навчаєте дітей на цих заняттях?

- Правилам змагання з карате
- Теоретичним основам карате
- Формуєте всебічно й гармонійно розвинену особистість, з високою духовністю, чіткими життєвими орієнтирами, позитивним ставленням до оточення і до самого себе, спроможну самоактуалізуватися у спортивному й особистому житті.
- Власний варіант _____

10. Яку ціль Ви ставите перед собою тренуючи дітей з інвалідністю?

- Виховати спортсмена високого класу
- Допомогти дитині соціалізуватися у суспільстві
- Все залежить від бажання дитини та її батьків
- Свій варіант _____

11. Проранжуйте найбільш важливі функції, що реалізуються під час тренувальних занять в адаптивному карате (1- найважливіші, 14 – менш важливі)

Корекційно-компенсаторна	
Профілактична	
Освітня	
Розвиваюча	
Виховна	
Ціннісно-орієнтаційна	
Рекреативно-оздоровча	
Спортивна і змагальна	
Гуманістична	
Інтегративна	
Комунікативна	
Видовищна та естетична	

12 Соціальні принципи відбивають педагогічні особливості культурного та духовного розвитку особи й суспільства загалом, включаючи людей з інвалідністю. Розставте у порядку зростання принципи, які Ви використовуєте виховуючи спортсменів? (1- найменше, 5 – найбільше)

Гуманістичного спрямування	
Безперервності фізкультурної освіти	
Соціалізації	
Інтеграції	
Пріоритетної ролі соціуму	

13. Чи вважаєте Ви, що дитина повинна обов'язково брати участь у змаганнях?

- Так
- Ні

Шановні батьки!

Національний університет фізичного виховання і спорту України проводить дослідження, присвячене вивченню питання інклюзивного навчання та гуманістичного виховання у спорті, зокрема в карате. Ваші відповіді допоможуть визначити якості, які повинні бути притаманні, як спортсменам так і тренерам, що займаються карате, та удосконалити процес їх соціалізації, а також визначити ступінь задоволеності якістю впливу карате на розвиток Вашої дитини. Просимо Вас ознайомитися з кожним питанням анкети і відзначити той варіант відповіді, який найбільше відповідає Вашій думці (тільки один варіант).

Опитування є анонімним, його результати будуть використані тільки в узагальненому вигляді.

Заздалегідь дякуємо за участь в анкетуванні!

1. Скільки років Вашій дитині?

- Від 5 до 10
- Від 10 до 15
- Від 15 до 20
- Старше

2. Як довго Ваша дитина займається карате?

- До 1 року
- 1-2 роки
- 3-4 роки
- Більше 4 років

3. Що вплинуло на Ваш вибір секції (чому саме карате)?

- Рекомендації сторонніх осіб, діти яких займалися карате
- Інформація зі ЗМІ, мережі Інтернет про корисний вплив занять карате на розвиток дітей
- Відсутність інших видів спорту, які відповідають Вашим потребам
- Власний варіант _____

4. Наскільки подобається Вашій дитині займатися у тренера?

- Дуже подобається
- Дитина не у великому захваті, але претензій немає
- Важко відповісти

5. Чи завжди Ваша дитина хоче відвідувати тренувальне заняття з карате?

- Так, тому що _____

-
- Ні, тому що _____

6. В якій мірі Ви задоволені впливом карате на Вашу дитину?

- Частково задоволена/ий
- Повністю задоволена/ий
- Мені важко відповісти на це питання

7. Які зміни Ви помітили за вашою дитиною з того часу, як вона стала займатися адаптивним карате?

- Зміни фізичного характеру _____

-
- Зміни інтелектуального характеру _____

-
- Зміна психологічного стану дитини _____

-
- Зміни в спілкуванні з навколишнім світом (соціалізація) _____

-
- Власний варіант _____
-

8. Чи вважаєте Ви, що заняття карате допомагають Вашій дитині ідентифікуватися і соціалізуватися у суспільстві?

- Так, тому що _____

-
- Ні, тому що _____
-

9. Як Ваша дитина відноситься до того, що заняття проходять разом зі здоровими дітьми?

- Позитивно, вона знайшла нових друзів
- Позитивно, тому що є нові приклади для наслідування
- Позитивно, так як отримує підтримку, якої раніше не було
- Негативно, так як їй не комфортно у секції зі здоровими дітьми

10. Опишіть ставлення здорових дітей до дітей з вадами у Вашій секції?

- Позитивне (проявляється у взаємодопомозі)
- Співчутливе (позитивне – розуміння, допомога, підтримка)

- Співчутливе (негативне – жалість, засудження, зневага, почуття дискомфорту та безпорадності)
- Негативне (нетолерантне)

11. Опишіть взаємовідносини Вашої дитини з іншими дітьми, що займаються в секції?

- Дружні
- Конфліктні
- Власний варіант

12. Як проходять заняття у Вашій секції з карате?

- Всі діти виконують одне завдання поставлене тренером (змішані пари)
 - Всі діти виконують одне завдання поставлене тренером (здорові зі здоровими...)
 - Діти з інвалідністю займаються у іншій частині зали і по іншій програмі
 - Власний варіант _____
-

13. Як змінилося ставлення Вашої дитини до оточуючого світу?

- Дитина стала більш відкритою у плані спілкування (зі здоровим контингентом)
 - В неї з'явився інтерес до спорту
 - Нічого не змінилося
 - Власний варіант _____
-

14. На даний час, Ваша дитина має досвід участі в змаганнях зі здоровими дітьми?

- Так
- Ні

Якщо Ваша відповідь на 14 питання «Так», то переходьте до 15, якщо «Ні» - до 16

15. Ваша дитина з задоволенням бере участь у змаганнях?

- Так
 - Частіше так
 - Ні
 - Частіше ні
 - Власний варіант _____
-

16. Чи вважаєте Ви, що заняття карате змінить життя Вашої дитини у майбутньому?

- Так
- Ні

17. Ким Ви бачите свою дитину у майбутньому?

- Відомим спортсменом
 - Тренером з адаптивного карате
 - Власний варіант_____
-

18. Ваші пропозиції щодо поліпшення якості виховання спортсменів в адаптивному карате

Анкета експертного опитування

Національний університет фізичного виховання та спорту України проводить дослідження, присвячене вивченню питання специфіки інклюзивного підходу в побудові навчально-тренувального процесу в карате для осіб з інвалідністю. Задля обґрунтування педагогічних умов формування інклюзивного підходу до побудови навчально-тренувального процесу каратистів будуть проводитися антропометричні вимірювання та тестування спортсменів. Необхідно встановити, чи будуть адекватними та інформативними вибрані нами методи оцінки для визначення рівня фізичної підготовленості для спортсменів з інвалідністю.

За результатами проведеного дослідження буде підготовлене тестування.

Вкажіть на Вашу думку, на скільки буде адекватним кожний обраний тест (за шкалою від 1 до 5, де 5 – найбільш адекватний, 1 – найменш):

1. Для визначення рівня швидкісної витривалості обрано тест «Піднімання тулуба в сід, 1 хв., разів»

Піднімання тулуба в сід виконується з ВП: лежачи на спині на гімнастичній маті, руки за головою, пальці зчеплені в «замок», лопатки торкаються матів, ноги зігнуті в колінах під прямим кутом, ступні притиснуті партнером до підлоги.

Учасник виконує максимальну кількість підйомів за 1 хв., торкаючись ліктями колін, з подальшим поверненням у ВП.

Зараховується кількість правильно виконаних підйомів тулуба.

5
4
3
2
1

2. Для визначення рівня вибухової сили обрано тест «Стрибок у довжину з місця, см»

Стрибок у довжину з місця виконується у відповідному секторі для стрибків. Місце відштовхування має забезпечувати якісне зчеплення з взуттям. Учасник приймає ВП: ноги на ширині плечей, ступні паралельно, носки ніг перед лінією відштовхування.

Учасник виконує замах руками назад, потім різко виносить їх вперед та поштовхом обох ніг виконує стрибок якомога далі.

Вимірювання проводиться по перпендикулярній прямій від місця відштовхування будь-якою ногою до найближчого сліду, залишеного будь-якою частиною тіла учасника.

Учаснику надаються дві спроби. У залік йде кращий результат.

5
4
3
2
1

3. Для визначення рівня швидкості обрано тест «Біг на 60 м, сек»

Біг проводиться на доріжках стадіону або на будь-якому рівному майданчику з твердим покриттям.

Біг на 60 м виконується з високого старту.

Учасники стартують по 2-4 людини, час кожного фіксується окремо.

Учасники тестування за командою «На старт!» стають на стартову лінію в положення високого старту. За сигналом стартера учасники швидко долають дистанцію, не знижуючи темпу перед фінішем.

Результатом тестування є час подолання дистанції з точністю до десятої частки секунди.

5
4
3
2
1

4. Для визначення рівня гнучкості обрано тест «Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см»

Нахили тулуба вперед з положення сидячи виконуються з ВП сидячи на підлозі, ноги випрямлені в колінах, ступні ніг – паралельно на ширині 15-20 см. Руки на підлозі між колінами, долонями донизу. Учасник виступає в спортивній формі, яка дозволяє суддям визначати випрямлення ніг у колінах.

При виконанні тесту учасник за командою «Можна!» виконує два попередніх пружних нахили. При третьому нахилі учасник максимально нахиляється вперед, затримується пальцями або долонями обох рук на лінії розмітки, не згинаючи ніг у колінах, і утримує дотик протягом 2 с.

Гнучкість вимірюється в сантиметрах. Результатом тестування є позначка в сантиметрах на перпендикулярній розмітці, до якої учасник дотягнувся кінчиками пальців рук у кращій із двох спроб. Результат вище рівня розмітки на лінії від 0 до 50 см визначається знаком "+", нижче рівня розмітки від 0 до 50 см – знаком "-".

5
4
3
2
1

Анкета експертного опитування

Національний університет фізичного виховання і спорту України проводить дослідження, присвячене вивченню питання гуманістичного виховання у спорті, зокрема в пара-карате. В рамках цього наукового проекту передбачається організація експертного опитування провідних науковців сфери спорту, вивчення підходів що існують у системі виховання в пара-карате.

За результатами проведеного дослідження будуть підготовлені висновки і рекомендації, спрямовані на формування педагогічних умов формування гуманістичного світогляду спортсменів з інвалідністю в карате.

Вкажіть на Вашу думку, наступне:

1. Розставте у порядку зменшення типи тренерів, які найбільш будуть притаманні для роботи у галузі східних єдиноборств (1- найменше, 8 – найбільше):

Типи	Ранг
Тренер-ерудит	
Тренер-режисер	
Тренер-дослідник	
Тренер-скульптор	
Тренер-нянька	
Тренер-шукач істини	
Тренер-психолог	
Тренер-диктатор	

2. Визначте головні принципи гуманістичного виховання в карате (1- найменший, 10 – найбільший):

Принципи	Ранг
У карате все починається з ритуалу і завершується ритуалом	
У карате немає першої атаки	
Карате є запорука справедливості	
Важлива не стільки техніка, скільки досконалість розуму	
Не думай про карате тільки в додзьо	
Неуважність і недбалість призводять до невдач	
Не думай про перемогу: думай про те, щоб не зазнати поразки	
Дій відповідно до дій супротивника	
Ніколи не забувай про свої сильні і слабкі сторони, обмеження свого тіла і відносності якостей своєї техніки	
Постійно відточуй свій розум	

3. Визначте основні показники для виявлення мотиваційного критерія сформованості гуманістичного виховання спортсменів:

Показники	Ранг
Особистісна спрямованість спортсменів	
Зацікавленість у подальшому спортивному розвитку	
Позитивне ставлення до теоретичного та практичного навчання	
Спрямованість щодо активного засвоєння знань	
Направленість на отримання найбільших спортивних нагород у світі карате	

4. Визначте основні показники для виявлення когнітивного критерія сформованості гуманістичного виховання спортсменів:

Показники	Ранг
Відвідування теоретичних занять з карате	
Уміння працювати з літературою та відео-матеріалами	
Успішність спортсменів, під час виступів на змаганнях	
Успішність спортсменів під час здачі екзаменів на пояс	
Якість знань професійної термінології та вміння її розуміти і швидко виконувати команди тренера	

5. Визначте основні показники для виявлення діяльнісного критерія сформованості гуманістичного виховання спортсменів:

Показники	Ранг
Зовнішній вигляд, культура поведінки в закладах освіти та за його межами	
Самостійність у всіх видах діяльності	
Сформованість наукового світогляду, національної самосвідомості	
Інтерес до національної і світової культур	
Фізичне здоров'я, потяг до занять фізичною культурою і спортом	
Формування всебічно й гармонійно розвиненої особистості, з високою духовністю, чіткими життєвими орієнтирами, позитивним ставленням до оточення і до самого себе, спроможної само-актуалізуватися у спортивному й особистому житті.	

**Акт впровадження
результатів наукових досліджень у навчальний процес
кафедри професійного, неолімпійського та адаптивного спорту
Національного університету фізичного виховання і спорту України**

Ми, ті, що підписалися нижче, склали цей акт про те, що результати роботи, виконані за темою 1.7. «Організаційно-методичні основи розвитку адаптивного спорту» плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2016–2020 рр. (№ державної реєстрації 0116U001613) за період 2018 р. виконавці Когут Ірина Олександрівна, Маринич Вікторія Леонідівна, Чебанова Катерина Вікторівна внесли такі рекомендації та пропозиції:

<i>Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика</i>	<i>Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання</i>	<i>Ефект від впровадження</i>
Навчально-методичні матеріали навчальної дисципліни «Адаптивний спорт». Вдосконалення викладання навчальної дисципліни «Адаптивний спорт». Переваги над аналогами полягають у визначенні інклюзивного підходу до побудови навчально-тренувальних занять, організаційних та методичних положень підготовки спортсменів у паролімпійському спорті.	Вперше узагальнені та систематизовані теоретико-методичні положення підготовки спортсменів з порушеннями опорно-рухового апарату у паролімпійському спорті та визначені методичні особливості проведення інклюзивних навчально-тренувальних занять зі спортсменами з інвалідністю. Рекомендується для використання фахівцями сфери фізичної культури і спорту.	Вдосконалено навчально-методичний комплекс викладання навчальної дисципліни «Адаптивний спорт». Розроблені плани практичних занять, що використовуються в процесі викладання навчальної дисципліни «Адаптивний спорт» для студентів III курсу за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт здобувачів вищої освіти ступеня бакалавра та «Організаційні основи розвитку спорту» для здобувачів вищої освіти ступеня магістра. Соціально-економічний ефект від впровадження полягає у формуванні знань та практичних навичок з проблем підготовки спортсменів з інвалідністю в паролімпійському спорті, що сприятиме підвищенню конкурентоспроможності фахівців сфери фізичної культури та спорту на ринку праці.

Автори розробки:

професор Когут І. О.
доцент Маринич В. Л.
Чебанова К. В.

Представник НУФВСУ:
Перший проректор
з науково-педагогічної роботи
професор

Дутчак М. В.

Представник установи,
де виконувалось впровадження:
Зав. кафедри професійного,
неолімпійського та адаптивного
спорту НУФВСУ, професор

Матвеев С. Ф.

04.12.2019

**Акт впровадження
результатів наукових досліджень у навчальний процес
кафедри спортивних єдиноборств та силових видів спорту
Національного університету фізичного виховання і спорту України**

Ми, ті, що підписалися нижче, склали цей акт про те, що результати роботи, виконані за темою 1.7. «Організаційно-методичні основи розвитку адаптивного спорту» плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2016–2020 рр. (№ державної реєстрації 0116U001613) за період 2018 р. виконавці Когут Ірина Олександрівна, Маринич Вікторія Леонідівна, Чебанова Катерина Вікторівна внесли такі рекомендації та пропозиції:

<i>Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика</i>	<i>Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання</i>	<i>Ефект від впровадження</i>
Навчально-методичні матеріали навчальної дисципліни «Теорія і методика тренерської діяльності в обраному виді спорту». Вдосконалення викладання навчальної дисципліни «Теорія і методика тренерської діяльності в обраному виді спорту». Переваги над аналогами полягають у визначенні інклюзивного підходу до побудови навчально-тренувальних занять, організаційних та методичних положень підготовки спортсменів в єдиноборствах.	Вперше узагальнені та систематизовані теоретико-методичні положення підготовки спортсменів з порушеннями опорно-рухового апарату в єдиноборствах та визначені методичні особливості проведення інклюзивних навчально-тренувальних занять зі спортсменами з інвалідністю в системі єдиноборств. Рекомендується для використання фахівцями сфери фізичної культури і спорту.	Вдосконалено навчально-методичний комплекс викладання навчальної дисципліни «Теорія і методика тренерської діяльності в обраному виді спорту». Розроблені плани практичних занять, що використовуються в процесі викладання навчальної дисципліни «Теорія і методика тренерської діяльності в обраному виді спорту» для студентів I-IV курсів за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт здобувачів вищої освіти ступеня бакалавра. Соціально-економічний ефект від впровадження полягає у формуванні знань та практичних навичок з проблем підготовки спортсменів з інвалідністю в єдиноборствах, що сприятиме підвищенню конкурентоспроможності фахівців сфери фізичної культури та спорту на ринку праці.

Автори розробки:

професор Когут І. О.
доцент Маринич В. Л.
Чебанова К. В.

Представник НУФВСУ:
Перший проректор з науково-педагогічної роботи
професор

Дутчак М. В.

Представник установи, де виконувалось впровадження:
Зав. кафедри спортивних єдиноборств та силових видів спорту НУФВСУ, професор

Олешко В. Г.




03.12.2019

**Акт впровадження
результатів наукових досліджень у практику підготовки осіб з інвалідністю
Українського центру з фізичної культури і спорту осіб з інвалідністю «Інваспорт»**

Ми, ті, що підписалися нижче, склали цей акт про те, що результати роботи, виконані за темою 1.7. «Організаційно-методичні основи розвитку адаптивного спорту» плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2016–2020 рр. (№ державної реєстрації 0116U001613) за період 2019-2020 рр. виконавці Когут Ірина Олександрівна, Маринич Вікторія Леонідівна, Чебанова Катерина Вікторівна внесли такі рекомендації та пропозиції:

<i>Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика</i>	<i>Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання</i>	<i>Ефект від впровадження</i>
<p>Навчальна програма з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Карате – тренуємося разом».</p> <p>Переваги над аналогічними програмами полягають у вдосконаленні організаційних, методичних та соціальних аспектів побудови навчально-тренувальних занять для осіб з інвалідністю. Специфіка навчальної програми полягає у поєднанні навчально-тренувального процесу дітей з вадами розвитку, а також їх однолітків, які не мають проблем зі здоров'ям.</p>	<p>Вперше узагальнено та систематизовано теоретико-методичні положення підготовки дітей з інвалідністю в карате та визначено методичні особливості організації та проведення інклюзивних навчально-тренувальних занять. Рекомендується для використання під час організації навчально-тренувального процесу, підготовки дітей з інвалідністю у відділеннях для осіб з інвалідністю у дитячо-юнацьких спортивних школах, а також дитячо-юнацьких спортивних школах для осіб з інвалідністю, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних школах для осіб з інвалідністю паралімпійського та дефлімпійського резерву.</p>	<p>Розроблена програма, в першу чергу, враховує особливості дітей з ураженнями опорно-рухового апарату та вадами розумового і фізичного розвитку. У ході експериментального дослідження встановлено кількісні та якісні показники підвищення рівня фізичного розвитку та рівня фізичної та технічної підготовленості дітей з інвалідністю.</p> <p>Виявлено покращення психо-емоційного стану досліджуваної групи, що вказує на зростання рівня їх соціалізації та інтеграції до повноцінного життя у суспільстві.</p> <p>Соціально-економічний ефект від впровадження полягає у формуванні теоретичних знань та практичних навичок з підготовки дітей з інвалідністю в карате, що сприятиме підвищенню конкурентоспроможності тренерів на ринку праці сфери фізичної культури та спорту.</p>

Автори розробки:


 професор Когут І. О.
 доцент Маринич В. Л.
 Чебанова К. В.

Представник НУФВСУ:
Проректор з науково-педагогічної роботи
НУФВСУ, професор



 Борисова О. В.

Представник установи,
де виконувалось впровадження.
Начальник Укрцентру «Інваспорт»

 Скугарева О. А.

18.07.2020